MEDISANA®

DE Bauchmuskel-Stimulationsgerät BOB
GB Abdominal muscle stimulation belt BOB

FR Dispositif de stimulation musculaire abdominale BOB
IT Stimolatore per muscoli addominali BOB
ES Estimulador abdominal BOB
PT Aparelho de electroestimulação dos músculos abdominais BOB
NL Buikspier-stimulatietoestel BOB
FI Vatsalihaksia stimuloiva laite BOB
SE Magmuskel-stimulator BOB
GR Συσκευή διέγερσης κοιλιακών μυών BOB









Art.-Nr. 88320

CE 0297

Gebrauchsanweisung	Bitte sorgfältig lesen!	**Manual de instruções**	Por favor, ler cuidadosamente!
Manual	Please read carefully!	**Gebruiksaanwijzing**	A.u.b. zorgvuldig lezen!
Mode d'emploi	A lire attentivement s.v.p.!	**Käyttöohje**	Lue huolellisesti läpi!
Istruzioni per l´uso	Da leggere con attenzione!	**Bruksanvisning**	Läses noga!
Instrucciones de manejo	¡Por favor lea con cuidado!	**Οδηγίες χρήσης**	Παρακαλούμε διαβάσετε με προσοχή!

MEDISANA®

DE Gebrauchsanweisung

GB Manual

FR Mode d'emploi

IT Istruzioni per l'uso

ES Instrucciones de manejo

PT Manual de instruções

NL Gebruiksaanwijzing

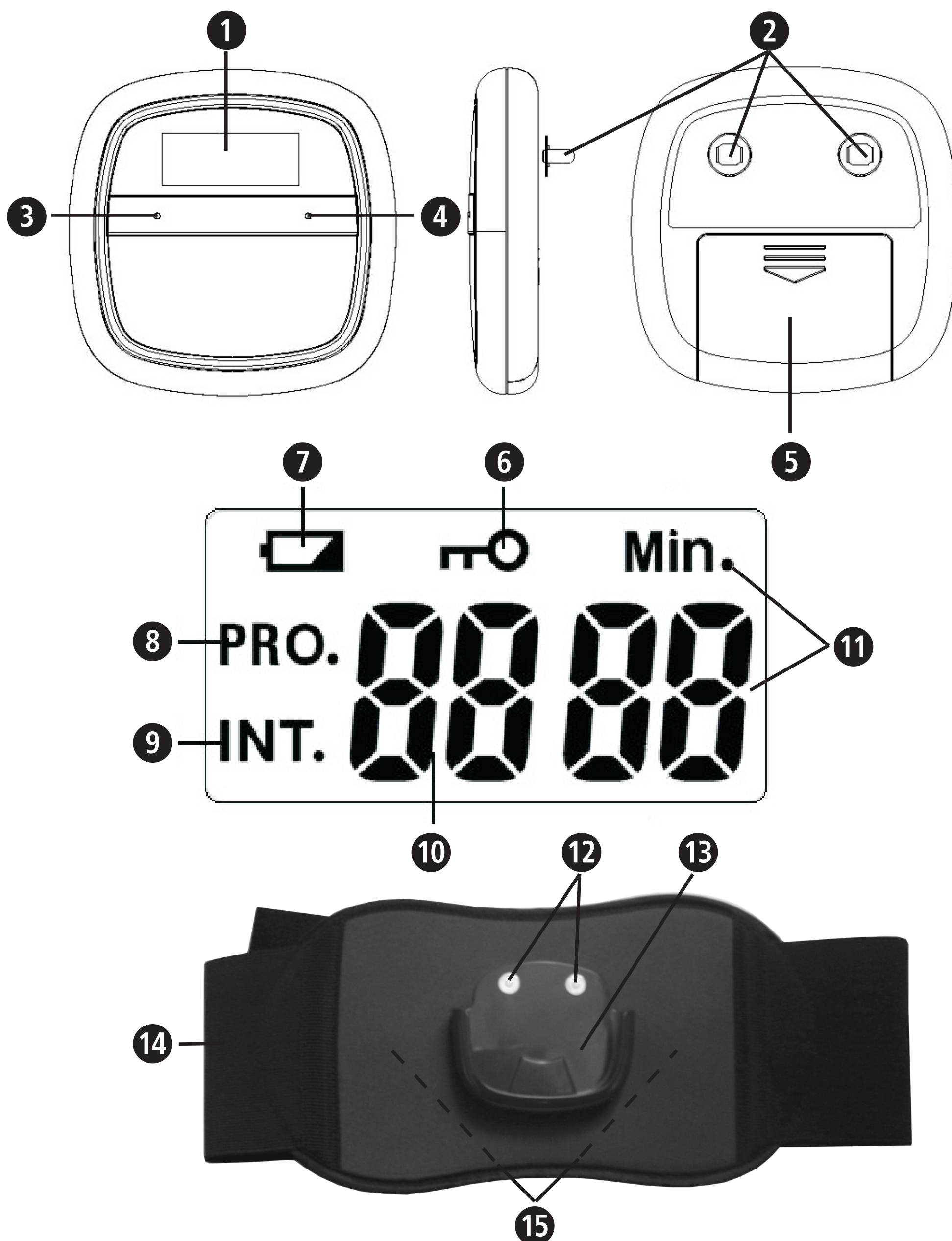
FI Käyttöohje

SE Bruksanvisning

GR Οδηγίες χρήσης

Klappen Sie bitte diese Seite auf und lassen Sie sie zur schnellen Orientierung aufgeklappt.
Please fold out this page and leave it folded out for quick reference.
Veuillez déplier cette page et la laisser dépliée afin de vous orienter plus rapidement.
Aprire questa pagina e lasciarla aperta ai fini di un rapido orientamento.
Por favor, despliegue esta hoja y déjela desplegada para orientarse rápidamente.
Por favor, abra esta página e deixe-a aberta para uma orientação rápida.
Sla deze bladzijde om en laat deze opengeslagen, terwijl u de gebruiksaanwijzing leest.
Kääntäkää tämä sivu auki ja pitäkää se aukikäännettynä nopeaa orientaatiota varten.
Vik upp denna sida och låt den vara uppslagen som hjälp till snabb orientering.
Παρακαλούμε ανοίξτε τη σελίδα αυτή και αφήστε την ανοιχτή για γρήγορο προσανατολισμό.

Gerät und Bedienelemente
Appareil et éléments de commande
Dispositivo y elementos de control
Toestel en bedieningselementen
Apparaten och komponenter
Device and controls
Apparecchio ed elementi per la regolazione
Aparelho e elementos de comando
Laite ja käyttölaitteet
Συσκευή και στοιχεία χειρισμού



DE

1. LCD-Anzeige
2. Elektrodenanschluss (Anzeigeeinheit)
3. Ein- / Intensität erhöhen ▲ - Taste
4. Aus- / Intensität vermindern ▼ / Programmwahl - Taste
5. Batteriefachabdeckung
6. Symbol für Tastensperre
7. Batteriewechsel-Symbol
8. Indikation für Programmanzeige
9. Indikation für Intensitätsanzeige
10. Programm- / Intensitätsanzeige
11. Therapiezeit-Anzeige
12. Elektrodenanschluss (Bauchgürtel)
13. Halterung für Anzeigeeinheit
14. Bauchgürtel
15. Flächenelektroden (auf der Rückseite)

GB

1. LC-Display
2. Electrode connection (Display unit)
3. On- / Increase intensity ▲ - button
4. Off- / Reduce intensity ▼ - / Program button
5. Battery compartment cover
6. Keylock symbol
7. Change battery symbol
8. Indication for program display
9. Indication for intensity display
10. Program- / Intensity-display
11. Therapy time display
12. Electrode connection (abdominal belt)
13. Holder for display unit
14. Abdominal belt
15. Surface electrodes (on the backside)

FR

1. Ecran LCD
2. Connexions pour les électrodes (écran)
3. Bouton de réglage de l'intensité ▲
4. Bouton de sélection des programmes / diminution de l'intensité▼
5. Couvercle du compartiment des piles
6. Icône pour le verrouillage des boutons
7. Symbole pour le changement des piles
8. Indication pour l'affichage du programme
9. Indication pour l'affichage de l'intensité
10. Affichage des programmes / de l'intensité
11. Affichage de la durée du traitement
12. Connexions pour les électrodes (ceinture)
13. Support pour l'unité d'affichage
14. Ceinture
15. Electrodes plates (au dos)

IT

1. Display LCD
2. Collegamento con elettrodi (display)
3. Tasto accensione/aumento intensità ▲
4. Tasto spegnimento/diminuzione intensità ▼ / Tasto scelta programmi
5. Vano batteria con coperchio
6. Simbolo per blocco tasti
7. Simbolo per cambio batteria
8. Indicazione per display programmi
9. Indicazione visualizzazione intensità
10. Display programmi / intensità
11. Display durata terapia
12. Collegamento con elettrodi (cintura addominale)
13. Dispositivo di fissaggio per display
14. Cintura addominale
15. Elettrodi in superficie (sul retro)

ES

1. Indicador LCD
2. Conexión de electrodos (unidad indicadora)
3. Botón ON/Aumentar intensidad ▲
4. Botón OFF/Reducir intensidad ▼ / Selección de programa
5. Tapa del compartimento de pilas
6. Símbolo para bloqueo de teclado
7. Símbolo de cambio de batería
8. Indicación de programa
9. Indicación de intensidad
10. Indicador de intensidad/programa
11. Indicador de tiempo de terapia
12. Conexión de electrodos (cinturón abdominal)
13. Soporte para la unidad indicadora
14. Cinturón abdominal
15. Electrodos planos (en la parte posterior)

PT

1. Mostrador LCD
2. Eléctrodos (mostrador)
3. Tecla Ligar / Aumentar intensidade ▲
4. Tecla Desligar / Baixar intensidade ▼ / Selecção de programas
5. Tampa do compartimento das pilhas
6. Símbolo de bloqueio de teclas
7. Símbolo de troca de pilhas
8. Indicação do programa
9. Indicação da intensidade
10. Indicação do programa / intensidade
11. Indicação do tempo de terapia
12. Eléctrodos (cinto abdominal)
13. Encaixe para o mostrador
14. Cinto abdominal
15. Eléctrodos (na parte de trás)

NL

1. LCD-display
2. Elektrodenaansluiting (Display-eenheid)
3. Aan- / intensiteit verhogen- toets ▲
4. Uit- / intensiteit verminderen ▼ / Programmaselectie - toets
5. Batterijklep
6. Symbool voor toetsenvergrendeling
7. Symbool voor vervanging van de batterijen
8. Indicatie voor programma-overzicht
9. Indicatie voor intensiteit-overzicht
10. Programma- / intensiteit-overzicht
11. Therapietijd- overzicht
12. Elektrodenaansluiting (Buikgordel)
13. Houder voor display-eenheid
14. Buikgordel
15. Oppervlakte-elektroden (aan achterzijde)

FI

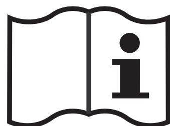
1. LCD-näyttö
2. Elektrodiliitäntä (Näyttöyksikkö)
3. Päälle- / Tehon korotus ▲ -painike
4. Pois päältä- / Tehon vähennys ▼ / Ohjelmanvalinta -painike
5. Paristokotelon kansi
6. Näppäinlukituksen symboli
7. Pariston vaihtotarpeen symboli
8. Ohjelman vaihtamisen näyttö
9. Tehon voimakkuuden näyttö
10. Ohjelman / Tehon näyttö
11. Käyttöajan näyttö
12. Elektrodiliitäntä (Vatsavyö)
13. Näyttöyksikön pidike
14. Vatsavyö
15. Pintaelektrodit (Takapuolella)

SE

❶ LCD-display
❷ Elektrodanslutning (visningsenhet)
❸ På-/öka intensitet ▲ - knapp
❹ Av-/minska intensitet ▼ / program-valsknapp
❺ Lock batterifack
❻ Symbol för knappspärr
❼ Batteribytessymbol
❽ Programindikering
❾ Intensitetsindikering
❿ Program-/intensitetsindikering
⓫ Behandlingstidsindikering
⓬ Elektrodanslutning (magbälte)
⓭ Hållare för visningsenhet
⓮ Magbälte
⓯ Ytelektroder (på baksidan)

GR

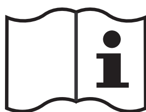
❶ Οθόνη ένδειξης LCD
❷ Σύνδεση ηλεκτροδίων (μονάδα ένδειξης)
❸ Πλήκτρο ενεργοποίησης / αύξησης της έντασης ▲
❹ Πλήκτρο απενεργοποίησης / μείωσης της έντασης ▼ / επιλογής προγράμματος
❺ Κάλυμμα θήκης μπαταριών
❻ Σύμβολο κλειδώματος πληκτρολογίου
❼ Σύμβολο αντικατάστασης μπαταριών
❽ Πεδίο ένδειξης προγράμματος
❾ Πεδίο ένδειξης έντασης
❿ Πρόγραμμα / ένδειξη έντασης
⓫ Ένδειξη χρόνου θεραπείας
⓬ Σύνδεση ηλεκτροδίων (κοιλιακή ζώνη)
⓭ Υποδοχή μονάδας ένδειξης
⓮ Κοιλιακή ζώνη
⓯ Ηλεκτρόδια επιφανείας (στην πίσω πλευρά)



WICHTIGE HINWEISE ! UNBEDINGT AUFBEWAHREN !

Lesen Sie die Gebrauchsanweisung, insbesondere die Sicherheitshinweise, sorgfältig durch, bevor Sie den Artikel benutzen und bewahren Sie die Gebrauchsanweisung für die weitere Nutzung auf.
Wenn Sie das Gerät an Dritte weitergeben, geben Sie unbedingt diese Gebrauchsanweisung mit.

Zeichenerklärung



Diese Gebrauchsanweisung gehört zu diesem Gerät. Sie enthält wichtige Informationen zur Inbetriebnahme und Handhabung. Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung vollständig. Die Nichtbeachtung dieser Anweisung kann zu schweren Verletzungen oder Schäden am Gerät führen.



WARNUNG
Diese Warnhinweise müssen eingehalten werden, um mögliche Verletzungen des Benutzers zu verhindern.



ACHTUNG
Diese Hinweise müssen eingehalten werden, um mögliche Beschädigungen am Gerät zu verhindern.



HINWEIS
Diese Hinweise geben Ihnen nützliche Zusatzinformationen zur Installation oder zum Betrieb.



Geräteklassifikation: Typ BF



LOT-Nummer



Hersteller



Herstellungsdatum



1.1 Sicherheitshinweise

Zweckbestimmung:
Dieses Gerät ist zur äußeren Anwendung an gesunden erwachsenen Personen bestimmt. Es handelt sich um ein speziell entwickeltes Bauchmuskulatur-Stimulationsgerät mit folgenden Wirkungsweisen:
- Erhöhung der Durchblutung im Anwendungsbereich
- Entspannung verkrampfter Bauchmuskulatur
- Wiederaufbau von Bauchmuskulatur
- Erhaltung bzw. Erweiterung der Bewegungsfähigkeit

Gegenanzeigen:
Für Kinder ist dieses Gerät nicht geeignet. Das Gerät darf weiterhin nicht angewendet werden bei:
- Schwellungen, Entzündungen, Verbrennungen, Verletzungen, Ausschlägen oder empfindlichen Stellen im Anwendungsbereich (z.B. Venenentzündung, Thrombophlebitis, varikoser Vene u.s.w.)
- vorhandenem Herzschrittmacher, anderen Implantaten oder prothetischen Metallen im Körper
- Krebserkrankungen
- Unregelmäßigkeiten des Herzens oder Herzkrankheiten (z.B. Arrhythmien oder Myocardschäden)
- Epilepsie
- arteriellen Durchblutungsproblemen oder Blutungsneigung
- Abdominal- oder Inguinalhernie
- Schwangerschaft
- Wehenschmerzen
- akuten Krankheiten oder/und Fieber
- Schmerzen unbekannter Herkunft

- Benutzen Sie das Gerät nur entsprechend seiner Bestimmung laut Gebrauchsanweisung um den Bauch herum gelegt. Eine Benutzung an anderen Körperpartien, wie z.B. Augen, Hals, Genitalien etc. ist gefährlich und kann zu ernsthaften Verletzungen führen.
- Benutzen Sie keine Zusatzteile, die nicht vom Hersteller empfohlen werden.
- Vermeiden Sie den Kontakt mit spitzen oder scharfen Gegenständen. Bei Zweckentfremdung erlischt der Garantieanspruch.
- Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten, mangelnder Erfahrung und/oder mangelndem Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt und erhielten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist.
- Im Falle von Störungen reparieren Sie das Gerät nicht selbst. Es erlischt dann nicht nur jeglicher Garantieanspruch, sondern es können ernsthafte Gefahren entstehen (Feuer, elektrischer Schlag, Verletzung). Lassen Sie Reparaturen nur von autorisierten Servicestellen durchführen.
- Benutzen Sie das Gerät nicht, während Sie baden oder duschen. Sollte jedoch einmal Flüssigkeit in das Gerät eindringen, müssen die Batterien sofort entfernt und weitere Anwendung vermieden werden. Setzen Sie sich mit Ihrem Händler oder dem Servicecenter in Verbindung.
- Im Falle eines Diabetes oder anderer Erkrankungen sollten Sie vor der Anwendung des Gerätes Rücksprache mit Ihrem Hausarzt halten.
- Personen, deren Empfindsamkeit gestört oder beeinträchtigt ist, dürfen das Gerät nur nach Anweisung eines Arztes anwenden.

- Die Behandlung sollte angenehm sein. Spüren Sie Schmerzen oder empfinden die Anwendung als unangenehm, brechen Sie ab und halten Sie Rücksprache mit Ihrem Arzt.
- Therapien mit dem **MEDISANA Bauchmuskel-Stimulationsgerät BOB** ersetzen keine ärztlichen Diagnosen oder Behandlungen. Fragen Sie Ihren Arzt bei jeder Art von Schmerzen oder Krankheiten, bevor Sie das Gerät benutzen.
- Während der Bedienung einer Maschine oder während des Auto-Fahrens darf das Gerät nicht angewendet werden.
- Wenn das Gerät offensichtliche Schäden am Gehäuse, dem Gurt, den Elektroden oder der LCD-Anzeige aufweist, senden Sie es zur Reparatur an Ihren Fachhändler oder direkt an das **MEDISANA** Servicecenter.
- Das Gerät ist zur privaten Eigenanwendung, nicht für den medizinischen oder kommerziellen Gebrauch vorgesehen.
- Das Gerät darf nicht im Umfeld von Geräten betrieben werden, die starke elektrische Strahlung aussenden, wie z. B. Radiosender, Mikrowellen oder Mobiltelefone. Dadurch kann die Funktion beeinträchtigt werden (siehe "Elektromagnetische Verträglichkeit").
- Benutzen Sie das Gerät nicht in der Nähe von Hitzequellen, entflammbaren oder explosiven Materialien oder Gasen.
- Das Gerät darf nicht benutzt werden in Räumen mit Vorkommen von reinem Sauerstoff oder Aerosolen (z.B. aus Spraydosen).
- Eventueller Schmuck oder Piercings (z.B. Bauchnabelpiercing) sind vor Anwendung des Gerätes zu entfernen. Es besteht Verbrennungsgefahr!
- Das Gerät ist nicht geeignet zur gleichzeitigen Benutzung mit anderen Geräten, die elektrische Impulse an Ihren Körper leiten (z.B. TENS-Geräte).

Hinweise zu den Elektroden

- Die Elektroden dürfen nicht auf offenen Hautstellen angebracht werden.
- Das Gerät darf nicht in Kontakt mit Feuchtigkeit gelangen. Nehmen Sie die Elektroden vor dem Duschen, Baden oder Schwimmen ab.
- Treten Hautirritationen auf, brechen Sie die Behandlung ab und suchen Sie den Arzt auf.

2 Wissenswertes

Vielen Dank

für Ihr Vertrauen und herzlichen Glückwunsch!
Mit dem **MEDISANA Bauchmuskel-Stimulationsgerät BOB** haben Sie ein Qualitätsprodukt von **MEDISANA** erworben. Damit Sie den gewünschten Erfolg erzielen und recht lange Freude an Ihrem **MEDISANA Bauchmuskel-Stimulationsgerät BOB** haben, empfehlen wir Ihnen, die nachstehenden Hinweise zum Gebrauch und zur Pflege sorgfältig zu lesen.

2.1 Lieferumfang und Verpackung

Bitte prüfen Sie zunächst, ob der Lieferumfang vollständig ist und der Artikel keinerlei Beschädigungen aufweist. Im Zweifelsfalle benutzen Sie den Artikel nicht und kontaktieren eine Servicestelle.
Zum Lieferumfang gehören:

- 1 **MEDISANA Bauchmuskel-Stimulationsgerät BOB**
- 3 Batterien (Typ AAA, LR03) 1,5V
- 1 Gebrauchsanweisung

Verpackungen sind wiederverwertbar oder können dem Rohstoffkreislauf zurückgeführt werden. Bitte entsorgen Sie nicht mehr benötigtes Verpackungsmaterial ordnungsgemäß. Sollten Sie beim Auspacken einen Transportschaden bemerken, setzen Sie sich bitte sofort mit Ihrem Händler in Verbindung.



WARNUNG
Achten Sie darauf, dass die Verpackungsfolien nicht in die Hände von Kindern gelangen. Es besteht Erstickungsgefahr!

2.2 Die Arbeitsweise des Gerätes

Das **MEDISANA Bauchmuskel-Stimulationsgerät BOB** arbeitet nach dem Prinzip der elektrischen Muskelstimulation (EMS). Durch sanfte elektrische Impulse ohne Belastung von Sehnen und Gelenken werden die Bauchmuskeln im Körper angeregt. Dies führt zu leichten Muskelkontraktionen, welche die Muskulatur "passiv" (= ohne selbsttätig ausgeführte Bewegung) fördern können. Dies kann hilfreich sein z.B. nach Operationen zur Kräftigung der erschlafften Muskulatur, bei einseitig oder mangelhaft trainierten oder verspannten Bauchmuskeln oder zum Aufwärmen vor sportlicher Betätigung. Diese Art der Muskelfaserstimulation wird bereits seit vielen Jahren von professionellen Athleten, ambitionierten Freizeitsportlern und in der Rehabilitation genutzt, um den Körper leistungsfähiger zu machen, die Verletzungsgefahr zu reduzieren und die Mobilität zu erhalten. Der Ausgleich von muskulären Dysbalancen und die Straffung der Haut führen zudem zu einem attraktiveren Äußeren.

2.3 Batterien einlegen / wechseln

Stellen Sie sicher, dass das Gerät ausgeschaltet ist. Nehmen Sie die Anzeigeeinheit aus der Halterung ⓭ . Dies geht am Einfachsten, indem man die Anzeigeeinheit durch leichten Druck auf die Rückseite vom Gürtel weg und dann nach oben aus der Halterung ⓭ bewegt. Schieben Sie die Batteriefachabdeckung ❺ auf der Rückseite der Anzeigeeinheit in Pfeilrichtung nach unten und legen Sie die mitgelieferten Batterien (3 Batterien Typ AAA, LR03 1,5V) entsprechend der Polaritätsmarkierung im Batteriefach ein. Schließen Sie das Batteriefach durch Aufschieben der Batteriefachabdeckung ❺ wieder, bis diese einrastet.
Setzen Sie die Anzeigeeinheit wieder so in die Halterung ⓭ ein, bis die magnetischen Elektrodenanschlüsse ❷ mit den Elektrodenanschlüssen des Bauchgürtels ⓬ passgerecht "zusammenschnappen".
Wechseln Sie die Batterien aus, wenn das Batteriewechsel-Symbol ❼ im Display erscheint oder wenn im Display nichts angezeigt wird, nachdem das Gerät eingeschaltet wurde. Verwenden Sie bei einem Batteriewechsel immer nur Batterien gleichen Typs (AAA, LR03 1,5V).



WARNUNG BATTERIE-SICHERHEITSHINWEISE

- **Batterien nicht auseinandernehmen!**
- **Erschöpfte Batterien umgehend aus dem Gerät entfernen!**
- **Erhöhte Auslaufgefahr, Kontakt mit Haut, Augen und Schleimhäuten vermeiden! Bei Kontakt mit Batteriesäure die betroffenen Stellen sofort mit reichlich klarem Wasser spülen und umgehend einen Arzt aufsuchen!**
- **Sollte eine Batterie verschluckt worden sein, ist sofort ein Arzt aufzusuchen!**
- **Immer alle Batterien gleichzeitig austauschen!**
- **Nur Batterien des gleichen Typs einsetzen, keine unterschiedlichen Typen oder gebrauchte und neue Batterien miteinander verwenden!**
- **Legen Sie Batterien korrekt ein, beachten Sie die Polarität!**
- **Batterien bei längerer Nichtverwendung aus dem Gerät entfernen!**
- **Batterien von Kindern fernhalten!**
- **Batterien sind nicht wiederaufladbar! Es besteht Explosionsgefahr!**
- **Nicht kurzschließen!**
- **Nicht ins Feuer werfen! Es besteht Explosionsgefahr!**
- **Werfen Sie verbrauchte Batterien und Akkus nicht in den Hausmüll, sondern in den Sondermüll oder in eine Batterie-Sammelstation im Fachhandel!**

3.1 Anlegen des Bauchgürtels

Stellen Sie sicher, dass das **MEDISANA Bauchmuskel-Stimulationsgerät BOB** sauber und trocken ist, bevor Sie den Bauchgürtel anlegen. Die Haut sollte frei von Feuchtigkeit und Cremes u.ä. sein, um optimale Ergebnisse zu erzielen.



Legen Sie den Bauchgürtel so um Ihre Taille, dass die Elektroden auf dem Bauch (in Etwa mit dem Bauchnabel in der Mitte) anliegen. Schließen Sie den Klettverschluss. Der Gürtel besteht auf flexiblem Material, welches sich für verschiedene Taillenumfänge eignet. Grundsätzlich muss der Gürtel fest sitzen, um einen guten Kontakt zwischen Elektroden und Haut zu gewährleisten, darf dabei aber nicht einschnüren. Der Gürtel ist ausschließlich für die Anwendung um den Bauch geeignet.



WARNUNG

- **Vor dem Anlegen des Bauchgürtels stellen Sie sicher, dass das Gerät ausgeschaltet ist!**
- **Wenden Sie den Bauchgürtel nur in der beschriebenen Weise um die Taille gelegt an. Eine Verwendung an anderen Körperstellen kann ernsthafte Verletzungen nach sich ziehen!**
- **Bevor Sie den Gürtel ablegen, schalten Sie das Gerät aus!**

3.2 Anwenden

Drücken Sie die Ein- / Intensität erhöhen▲ - Taste ❸, um das Gerät einzuschalten. Es ertönen zwei kurze Pieptöne und in der LCD-Anzeige ❶ erscheint die zuletzt absolvierte Programm-Nummer und die zugehörige Programm-Dauer, z.B.:



Wählen Sie nun durch Druck auf die Aus- / Intensität vermindern ▼ / Programmwahl - Taste ❹ ein Programm. Folgende Programme sind möglich:

Programm Nr.	Gesamt-dauer (Min.)	Impulsweite (µsec)	Unterteilte Zeitabschnitte	Frequenz (Hz)
1	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	45
			9 Min.	60
			2 Min.	30
2	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	60
			9 Min.	80
			2 Min.	30

Fortsetzung-->

<table>
<tr><th>Programm Nr.</th><th>Gesamt-dauer (Min.)</th><th>Impulsweite (µsec)</th><th>Unterteilte Zeitabschnitte</th><th colspan="2">Frequenz (Hz)</th></tr>
<tr><td rowspan="3">3</td><td rowspan="3">22</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>18 Min.</td><td colspan="2">45</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">4</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>27 Min.</td><td colspan="2">60</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">5</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>27 Min.</td><td colspan="2">80</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">6</td><td rowspan="3">25</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">6</td></tr>
<tr><td>20 Min.</td><td>45</td><td>4</td></tr>
<tr><td>3 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td rowspan="3">7</td><td rowspan="3">32</td><td rowspan="3">200</td><td>5 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td>17 Min.</td><td>50</td><td>9</td></tr>
<tr><td>10 Min.</td><td colspan="2">3</td></tr>
<tr><td rowspan="3">8</td><td rowspan="3">34</td><td rowspan="3">200</td><td>5 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td>19 Min.</td><td>50</td><td>9</td></tr>
<tr><td>10 Min.</td><td colspan="2">3</td></tr>
<tr><td>9</td><td>20</td><td>180</td><td>20 Min.</td><td colspan="2">80</td></tr>
<tr><td>10</td><td>20</td><td>150</td><td>20 Min.</td><td colspan="2">100</td></tr>
</table>

Die Programme unterscheiden sich hinsichtlich Frequenz und Dauer der einzelnen Trainingsimpulse. Die Gesamtdauer eines Programms wird dabei in unterschiedlich lange Abschnitte mit aufeinander abgestimmten Stimulationsstromfrequenzen unterteilt.
Niedrigere Frequenzbereiche (ca. 2 Hz bis 40 Hz) sind dabei eher zur Muskellockerung geeignet und höhere Frequenzen dienen der Muskelstimulation. Die Impulsweite gibt die Dauer des Stromimpulsflusses während der Anwendung an. Je höher die Impulsweite, umso stärker die Muskelfaserstimulation. Geringere Impulsweiten bieten sich daher eher zum Aufwärmen bzw. zur sanften Lockerung an. Wie in einem physischen Krafttraining mit Gewichten auch, ist es bei jedem Training sinnvoll, zwischen Muskelstimulationsreiz und gezielter Entspannungsphase zu wechseln. Dies schont die Muskulatur und ermöglicht zudem eine effektivere Trainingsgestaltung. In den 10 wählbaren Programmen sind daher verschiedene Frequenzen und Zeitabschnitte für die Anwendung vorgegeben, die das Gerät automatisch durchläuft.
Die Intensität kann während der Anwendung des **MEDISANA Bauchmuskel-Stimulationsgerätes BOB** zusätzlich in 25 Stufen manuell eingestellt werden (siehe "*3.3 Einstellung der Intensität*").
Die 10 Programme können Sie in mehreren Wochen absolvieren. Sie beginnen in der ersten Woche mit Programm 1 auf niedriger Intensitätsstufe und steigern mit zunehmender Leistungsfähigkeit Ihrer Bauchmuskulatur langsam die Trainingsintensität und wechseln auf höhere Programme. Natürlich können Sie das Programm und die Intensität auch nach persönlichem Empfinden und Ihrem Fitnessstatus wählen. Beachten Sie, dass Sie das Gerät am Anfang nicht mehr als einmal täglich anwenden sollten. Ab der 2. Woche können Sie auch die An-

wendungshäufigkeit steigern, wobei immer mindestens 5 Stunden zwischen den einzelnen Trainingseinheiten liegen sollten.

Nachdem Sie ein Programm gewählt haben, drücken Sie erneut die Ein- / Intensität erhöhen ▲ - Taste ❸, um die Anwendung zu starten.



HINWEIS

Das Gerät startet die Emission von Stromimpulsen nur, wenn ein korrekter Körperkontakt vorhanden ist. Wird dieser nicht festgestellt, ertönt ein längerer Piepton und das Gerät befindet sich erneut im Programmwahlmodus. Prüfen Sie in diesem Fall, ob Sie den Bauchgürtel korrekt angelegt haben.

Die angezeigte Zeit für die Programmdauer zählt nun abwärts (Countdown) bis auf 0. Während der Anwendung spüren Sie ggf. ein leichtes Kribbeln. Mit steigender Intensität fühlen Sie Muskelkontraktionen der Bauchmuskulatur, die sich nach einigen Sekunden wieder sanft entspannen. Nach Ablauf der Zeit ertönen zwei Signale (ein kurzer und ein längerer Piepton) und die Emission von Stromimpulsen wird gestoppt. Sie können die Anwendung auch manuell abbrechen, indem die Aus- / Intensität vermindern ▼ /Programmwahl - Taste ❹ drücken und halten, bis das Gerät sich mit zwei Pieptönen ausschaltet oder durch mehrfaches Drücken der Taste, bis die Intensität auf niedrigsten Stufe (1) steht. Danach bewirkt ein erneuter Tastendruck einen Stopp der Stromimpulsabgabe.

3.3 Einstellung der Intensität

Während der Anwendung können Sie mit den Tasten ▲❸ und ▼ ❹ die Intensität in 25 Stufen verstellen. Eine Verringerung der Intensität ist jederzeit mit der Taste ▼ ❹ möglich. Haben Sie die niedrigste Stufe (1) erreicht und drücken Sie die Taste ▼❹ erneut, so schaltet das Gerät die Stromimpulsabgabe aus. Durch Druck auf die Taste ▲ ❸ erhöhen Sie die Intensität um jeweils 1 Stufe (max. bis 25). Um unbeabsichtigte Intensitätserhöhungen zu verhindern, schaltet das Gerät nach ca. 5 Sekunden ohne Tastenbetätigung die Tastensperre ein. In diesem Augenblick erlischt die Displaybeleuchtung und das Symbol ⊸ ❻ erscheint in der LCD-Anzeige ❶. Zum Aufheben der Tastensperre muss die Taste ▼ ❹ gedrückt werden, die gleichzeitig die Intensität um 1 Stufe verringert (bzw. bei schon vorher eingestellter Stufe 1 die Stromimpulsabgabe abschaltet). Eine Intensitätsstufenerhöhung ist nur möglich, wenn die Tastensperre nicht aktiviert ist.
Stellen Sie die Intensität immer nur so hoch ein, wie es Ihnen noch angenehm erscheint.



WARNUNG

Wenn Sie die Anwendung als unangenehm empfinden, stellen Sie die Intensität niedriger ein. Ist die Anwendung weiterhin unangenehm oder schmerzt oder juckt die Haut, brechen Sie die Anwendung sofort ab und konsultieren Sie Ihren Arzt.

3.4 Automatische Abschaltung

Wird im Programmwahlmodus für ca. 2 Minuten keine Taste betätigt, schaltet das Gerät automatisch ab.
Während der Anwendung auf der Haut prüft das Gerät ständig, ob noch ausreichender Hautkontakt besteht. Ist dieses nicht der Fall, so wird die Stromimpulsabgabe automatisch beendet und das Gerät befindet sich im Programmwahlmodus.

4 Verschiedenes

4.1 Reinigung und Pflege

- Entfernen Sie die Batterien, bevor Sie das Gerät reinigen.
- Verwenden Sie nie aggressive Reinigungsmittel oder starke Bürsten.
- Reinigen Sie das Gerät mit einem weichen Tuch, das Sie mit einer milden Seifenlauge leicht befeuchten. Tauchen Sie das Gerät zum Reinigen niemals ins Wasser, und achten Sie ggf. darauf, dass kein Wasser in das Gerät eindringt. Benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn es völlig trocken ist.
- Prüfen Sie vor jeder Anwendung, ob die beiden runden Elektrodenaufsätze auf der Rückseite des Gürtels frei von Verunreinigungen sind und dass diese keinerlei Beschädigungen aufweisen. Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn Sie Zweifel haben und kontaktieren Sie die Servicestelle.
- *Sicherheitstechnische Kontrolle (gilt für die gewerbliche Nutzung):*
  Das Gerät ist vom Hersteller für die Dauer von zwei Jahren eingestellt. Die sicherheitstechnische Kontrolle muss bei gewerblicher Nutzung spätestens alle zwei Jahre erfolgen. Die Kontrolle ist kostenpflichtig und kann durch eine zuständige Behörde oder durch autorisierte Wartungsdienste – entsprechend der „Medizinprodukte-Betreiber Verordnung“ – erfolgen.

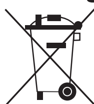


ACHTUNG

In das Geräteinnere darf kein Wasser gelangen!

- Lagern Sie das Gerät an einem trockenen, kühlen Platz.

4.2 Hinweis zur Entsorgung



Dieses Gerät darf nicht zusammen mit dem Hausmüll entsorgt werden. Jeder Verbraucher ist verpflichtet, alle elektrischen oder elektronischen Geräte, egal, ob sie Schadstoffe enthalten oder nicht, bei einer Sammelstelle seiner Stadt oder im Handel abzugeben, damit sie einer umweltschonenden Entsorgung zugeführt werden können.
Entnehmen Sie die Batterien, bevor Sie das Gerät entsorgen. Werfen Sie verbrauchte Batterien nicht in den Hausmüll, sondern in den Sondermüll oder in eine Batterie-Sammelstation im Fachhandel. Wenden Sie sich hinsichtlich der Entsorgung an Ihre Kommunalbehörde oder Ihren Händler.

4.3 Richtlinien und Normen

Dieses Gerät entspricht den Vorgaben der EU-Norm für Nerven- und Muskelstimulationsgeräte. Es ist nach EG-Richtlinien zertifiziert und mit dem CE-Zeichen (Konformitätszeichen) „CE 0297“ versehen. Das EMS-Gerät entspricht den europäischen Normen EN 60601-1, EN 60601-1-2 und EN 60601-2-10. Die Vorgaben der EU-Richtlinie “93/42/EWG des Rates vom 14. Juni 1993 über Medizinprodukte” sind erfüllt.
Elektromagnetische Verträglichkeit:
Das Gerät entspricht den Forderungen der Norm EN60601-1-2 für die Elektromagnetische Verträglichkeit. Einzelheiten zu diesen Messdaten können Sie auf der **MEDISANA**-Homepage: **www.medisana.de** finden.

4.4 Technische Daten

Name und Modell:	**MEDISANA Bauchmuskel-Stimulationsgerät BOB**
Spannungsversorgung:	3 x Batterien (Typ AAA, LR03) 1,5V
Kanäle:	1
Kurvenform:	Zweiphasige Rechteckform
Impulsbreite:	150 - 200 µs
Frequenz:	3 Hz ~ 100 Hz
Ausgangsspannung:	0 - 45V (bei 500 Ohm Last), regelbar
Anwendungszeit:	20 bis 34 Minuten max.
Betriebsbedingungen:	5°C bis 40°C bei einer Luftfeuchtigkeit von 30% bis 75%
Lagerungsbedingungen:	-10°C bis 50°C bei einer Luftfeuchtigkeit von 20% bis 93%
Abmessungen ca.:	110 (L) x 14,4 (B) x 2,2 (H) cm
Gewicht ca.:	230 g (inklusive Batterien)
Artikel Nr.:	88320
EAN Nr.:	40 15588 88320 0

CE 0297

Im Zuge ständiger Produktverbesserungen behalten wir uns technische und gestalterische Änderungen vor.

Garantie- und Reparatur-bedingungen

Bitte wenden Sie sich im Garantiefall an Ihr Fachgeschäft oder direkt an die Servicestelle. Sollten Sie das Gerät einschicken müssen, geben Sie bitte den Defekt an und legen eine Kopie der Kaufquittung bei.

Es gelten dabei die folgenden Garantiebedingungen:

1. Auf **MEDISANA** Produkte wird ab Verkaufsdatum eine Garantie für 3 Jahre gewährt. Das Verkaufsdatum ist im Garantiefall durch Kaufquittung oder Rechnung nachzuweisen.

2. Mängel infolge von Material- oder Fertigungsfehlern werden innerhalb der Garantiezeit kostenlos beseitigt.

3. Durch eine Garantieleistung tritt keine Verlängerung der Garantiezeit, weder für das Gerät noch für ausgewechselte Bauteile, ein.

4. Von der Garantie ausgeschlossen sind:

a. alle Schäden, die durch unsachgemäße Behandlung, z.B. durch Nichtbeachtung der Gebrauchsanweisung, entstanden sind.

b. Schäden, die auf Instandsetzung oder Eingriffe durch den Käufer oder unbefugte Dritte zurückzuführen sind.

c. Transportschäden, die auf dem Weg vom Hersteller zum Verbraucher oder bei der Einsendung an die Servicestelle entstanden sind.

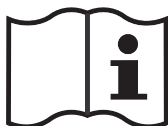
d. Zubehörteile, die einer normalen Abnutzung unterliegen (z.B. Batterien usw.)

5. Eine Haftung für mittelbare oder unmittelbare Folgeschäden, die durch das Gerät verursacht werden, ist auch dann ausgeschlossen, wenn der Schaden an dem Gerät als ein Garantiefall anerkannt wird.



MEDISANA AG
Jagenbergstraße 19
41468 NEUSS
Deutschland
eMail: info@medisana.de
Internet: www.medisana.de

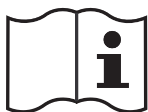
Die Service-Adresse finden Sie auf dem separaten Beilegeblatt.



IMPORTANT INFORMATION! RETAIN FOR FUTURE USE!

Read the instruction manual carefully before using this device, especially the safety instructions, and keep the instruction manual for future use. Should you give this device to another person, it is vital that you also pass on these instructions for use.

Explanation of symbols



This instruction manual belongs to this device. It contains important information about starting up and operation. Read the instruction manual thoroughly. Non-observance of these instructions can result in serious injury or damage to the device.



WARNING
These warning notes must be observed to prevent any injury to the user.



CAUTION
These notes must be observed to prevent any damage to the device.



NOTE
These notes give you useful additional information on the installation or operation.



Classification: Type BF applied part



Lot number



Manufacturer



Date of manufacture



1.1 Safety Information

Assigned purpose:
This device is assigned for external usage on healthy adults. It is a product designed especially for abdomen muscle stimulation with the following effects:
- Increase of blood flow in the treatment area
- Relaxation of muscle spasm
- Re-education of the abdominal muscles
- Maintaining resp. increasing range of motion

Contraindications:
This device is not suitable for children. Furthermore, this unit must not be used in case of:
- Swellings, inflammations, burns, hurts, eruptions or sensitive points in the area of use (e.g. phlebitis, thrombophlebitis, varicose veins, etc.)
- implanted pacemakers or other implants or prosthetic materials in the body
- malignant diseases
- Irregularities of the heart or heart diseases (e.g. arrhythmia or myocardial defects)
- Epilepsy
- Serious arterial circulatory problems or when there is an increased tendency to bleed
- abdominal or inguinal hernia
- Pregnancy
- Labour pain
- acute illnesses and/or fever
- Pain of unknown origin

- Only use this device for the purpose for which it was developed and in the manner specified in the instructions for use (placed around your waist). Any improper use (e.g. on other parts of the body like eyes, neck or genitals etc.) can be dangerous and may lead to serious injuries.
- Do not use accessories that are not recommended by the manufacturer.
- Avoid the contact with pointed or sharp objects. When using it for other purposes, the warranty expires.
- This device is not designed to be used by persons (including children) with limited physical, sensory or mental abilities, or by persons with insufficient experience and/or knowledge, unless under observation by a person responsible for their safety, or unless they have been instructed in the use of the device.
- In case of a malfunction, do not try to repair the device yourself. Not only does the warranty expire, but serious danger can result (fire, electric shock, injuries). Only authorised service offices should carry out a repair.
- Never use the device while taking a bath or shower. Should liquids penetrate the device, immediately remove the storage battery and avoid further application. Contact your specialist shop or your servicecentre.
- In case of diabetes or other diseases you should consult your family doctor before applying the device.
- Persons, whose sensitivity is disturbed or impaired may only apply the device according to the instructions of a physician.
- The treatment should be pleasant. If you feel pain or feel the application unpleasant, stop it and consult your doctor.

- Therapys with the **Abdominal muscle stimulation belt BOB** do not replace medical diagnosis or treatment. Ask your doctor for each kind of pain or disease, before using the device.
- Do not apply the **Abdominal muscle stimulation belt BOB** during the operation of a machine or while driving a car.
- If the device shows obvious damages at the housing, the belt, the electrodes or the LCD display, send it to your specialist shop or directly to **MEDISANA** for repair.
- The device is only for private use and is not intended for medical or commercial purposes.
- Do not use the unit near to equipment emitting a strong electric or magnetic field, such as radios, microwaves or mobile phones. This may impair the correct functioning of the unit (refer "Electromagnetic compatibility").
- Do not use the unit near any heat sources, highly flammable substances, gases or explosives.
- Never use the device in rooms where aerosols (sprays) are used or pure oxygen is being administered.
- If you wear jewellery or piercings (e.g. navel piercing) make sure that you take it off before using the unit. Otherwise it may cause punctual burnings.
- Do not use this device simultaneously with other devices which give electrical pulses to your body (e.g. TENS devices).

Information about the electrodes:

- Do not place the electrodes to open skin parts.
- The unit must not come in contact with moisture. Take off the electrodes before taking a shower / bath or swimming.
- In case of skin irritation, stop the treatment and consult a physician.

2 Useful Information

Thank you very much

Thank you for your confidence in us and congratulations on your purchase! You have acquired a quality product with your purchase of the **MEDISANA Abdominal muscle stimulation belt BOB**. To ensure the best results and long-term satisfaction with your **MEDISANA Abdominal muscle stimulation belt BOB**, we recommend that you read the following operating and maintenance instructions carefully.

2.1 Items supplied and packaging

Please check first of all that the unit is complete and is not damaged in any way. If in doubt, do not use the appliance. Send it to a service point. The following parts are included:

- 1 **MEDISANA Abdominal muscle stimulation belt BOB**
- 3 batteries (type AAA, LR03) 1,5V
- 1 Instruction manual

The packaging can be reused or recycled. Please dispose properly of any packaging material no longer required. If you notice any transport damage during unpacking, please contact your dealer without delay.



WARNING

Please ensure that the polythene packing is kept away from the reach of children! Risk of suffocation!

2.2 Functional principle of the device

The **MEDISANA Abdominal muscle stimulation belt BOB** works on the basis of electrical muscle stimulation (EMS). Gentle electrical impulses stimulate the abdominal body muscles without stressing tendons or joints. This leads to slight contractions of the muscle fibres, which may built up the abdominal muscles "passively" (= without doing an active training).
This is helpful e.g. after surgeries for strengthening the flaccid muscles, for deficiently or unilaterally trained muscles, tight abdominal muscles or for warming-up. This functional principle of muscle fibre stimulation is used since many years by professional athletes, ambitious recreational sportsmen and in the field of rehabilitation. It improves the capacity of the body, reduces the risk of injury and preserves mobility. The compensation of muscular imbalances and the skin tightening effect lead to an attractive body.

2.3 Inserting / changing batteries

Make sure, that the device is switched off. Take the display unit out of the holder ⓭ . This is more easy if you slightly press the display unit from the rear side away from the belt and then move it upwards out of the holder ⓭ . Slide the battery compartment cover ❺ at the back of the display unit away in arrow direction. Put the enclosed batteries (3 x type AAA, LR03 1,5V) according to the symbols (+/-) into the base of the battery compartment. Close the battery compartment and push the battery compartment cover ❺ towards the device until it snaps into position.
Put back the display unit into the holder ⓭ . The magnetic electrode connections ❷ are "snapping" together with the electrode connections of the belt ⓬ . Change the batteries when the battery change symbol ❼ appears in the display or when nothing is shown in the display after the device is switched on. When changing the batteries, only use batteries of the same type (3 x type AAA, LR03 1,5V).

⚠ WARNING BATTERY SAFETY INFORMATION

- **Do not disassemble batteries!**
- **Remove discharged batteries from the device immediately!**
- **Increased risk of leakage, avoid contact with skin, eyes and mucous membranes! If battery acid comes in contact with any of this parts, rinse the affected area with copious amounts of fresh water and seek medical attention immediately!**
- **If a battery has been swallowed seek medical attention immediately!**
- **Replace all of the batteries simultaneously!**
- **Only replace with batteries of the same type, never use different types of batteries together or used batteries with new ones!**
- **Insert the batteries correctly, observing the polarity!**
- **Remove the batteries from the device if it is not going to be used for an extended period!**
- **Keep batteries out of children's reach!**
- **Do not attempt to recharge these batteries! There is a danger of explosion!**
- **Do not short circuit! There is a danger of explosion!**
- **Do not throw into a fire! There is a danger of explosion!**
- **Do not throw used batteries into the household refuse; put them in a hazardous waste container or take them to a battery collection point, at the shop where they were purchased!**

3.1 Attaching the belt

Make sure, the **MEDISANA Abdominal muscle stimulation belt BOB** ist clean and dry before use. Ensure that your skin is clean and free of creams etc. Only then can the device is able to work optimally.

Place the belt around your waist so that the electrodes are positioned on your stomach (approximately with the navel in the middle). Close the velcro fastener. The belt is made of an elastic material and fits a wide range of waist sizes. Generally the belt should be attached tight enough for good contact between the electrodes and the skin, but it should not constrict you. The belt is only suitable for the use around your waist.





WARNING

- **Before attaching the belt make sure that the device is switched off.**
- **Only use this device in the manner specified in the instructions for use (attached around your waist). A usage on other parts of the body may cause serious injuries!**
- **Before your remove the belt from the waist, make sure the unit is switched off!**

3.2 Use

Press On- / Increase intensity ▲ - button ❸, to switch on the device. Two short beeps can be heard and the LC-Display ❶ shows the last executed porgram number and the belonging program duration, e.g.:



By pressing the Off- / Reduce intensity ▼ / Program button ❹ you can choose a program. The following programs are available:

Program no.	Total duration (Min.)	Pulse width (µsec)	Subdivided durations	Frequency (Hz)
1	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	45
			9 Min.	60
			2 Min.	30
2	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	60
			9 Min.	80
			2 Min.	30

continued-->

Program no.	Total duration (Min.)	Pulse width (μsec)	Subdivided durations	Frequency (Hz)
3	**22**	**200**	2 Min.	30
			18 Min.	45
			2 Min.	30
4	**31**	**200**	2 Min.	30
			27 Min.	60
			2 Min.	30
5	**31**	**200**	2 Min.	30
			27 Min.	80
			2 Min.	30
6	**25**	**200**	2 Min.	6
			20 Min.	45 4
			3 Min.	5
7	**32**	**200**	5 Min.	5
			17 Min.	50 9
			10 Min.	3
8	**34**	**200**	5 Min.	5
			19 Min.	50 9
			10 Min.	3
9	**20**	**180**	20 Min.	80
10	**20**	**150**	20 Min.	100

The programs differ in their frequency and the period of the training pulses. The total duration of a program is subdivided into different duration periods with preset stimulation frequencies. These frequencies are carefully adapted to each other.
Lower frequency ranges (approx. 2 Hz to 40 Hz) are mainly used for muscle relaxation and higher frequencies are used for muscle stimulation. The pulse width specifies the duration of the pulse emitting phase during the use. Higher pulse widths have a higher stimulating effect on the muscles. Lower pulse widths are preferably used for warming up resp. for smoothly loosing the muscles. As for a physical workout with weights, each training with the unit should alternate between muscular stimulation and relaxation. This ensures a smooth and effective muscle training. The 10 available programs therefore contain different frequencies and duration periods which are automatically adjusted. The intensity may be changed manually during the use of the **Abdominal muscle stimulation belt BOB** in 25 steps (please refer to chapter ("*3.3 Intensity setting*").
The 10 programs can be completed within several weeks. In the first week you should use program 1 and a low intensity setting. From the onwards you can train more frequently and with higher intensity and other programs. You should also adapt the program and intensity according to your personal fitness grade and feeling. As a beginner, do not use the unit more than once a day! Starting from the second week, you may use the unit more often, but you should always rest at least 5 hours between training sessions in order to allow your muscles to recover.

After you have chosen a program, press the On- / Increase intensity ▲ - button ❸ again to start the training.



NOTE

The device only starts the pulse emitting when proper contact of the electrodes to the skin is present. If the device does not detect proper contact, a long beep can be heard and the device switches to the program select mode. Check for proper attachment of the belt to your body.

The displayed time (program duration) will start to count down to 0. You may experience a light formication during the usage. With increasing intensity you will feel the contracting abdominal muscles, which then will relax again after some seconds. At the end of the program two beeps (one short and one longer beep) will be emitted and the device will stop the pulse emission. You may also manually stop the pulse emission by pressing & holding the Off- / Reduce intensity ▼ - / Program button ❹ until the device switches off or by multuiple presses on the button until the intensity level is set to 1. Another press on the button then leads to a stop of pulse emission.

3.3 Intensity setting

During the use you may adjust the intensity with the ▲❸ - and ▼ ❹ - buttons in 25 levels. A decrease of the intensity is always possible by pressing the ▼ ❹ - button. Is the lowest level (1) already set and the ▼❹ - button is pressed again, the device will stop the pulse emission. Press the ▲ ❸ - button to increase the intensity by 1 setp (max. up to 25). To avoid unintended increase of the intensity, the device will automatically switch on the keylock function after approx. 5 seconds without pressing any button. At this time, the display backlight will extinguish and the keylock symbol ⊸ ❻ appears in the LC-display ❶ . To unlock the key function, press ▼ ❹ . This also decreases the intensity right away by 1 step (if the intensity is already at level 1, the unit will stop the pulse emission). An increase of the intensity is only possible without active keylock function.
Only adjust the intensity level as high as it still feels pleasant for you.



WARNING

If you feel uncomfortable during the use of the unit, adjust a lower intensity. Is it still feeling uncomfortable or if the skin is itching or aching, immediately stop the usage and consult a doctor.

3.4 Automatic switch-off

Without any button pressed during approx. 2 minutes in the program select mode, the device will automatically switch off.
The device constantly checks for proper skin contact during the use. If the unit should detect non-sufficient contact to skin, the pulse emission will be stopped and the program select mode will be entered.

4 Miscellaneous

4.1 Cleaning and maintenance

- Remove the batteries before you clean the unit.
- Never use strong cleaning agents or stiff brushes.
- Clean the unit with a soft cloth which has been lightly moistened with a mild soap. Never dip the unit into water for cleaning and ensure that no water gets into the unit at any time. Only use the unit again, when it is fully dry.
- Check before each use, if the two round electrode attachments on the backside of the belt are clean and without obvious defects. In case of doubt, do not use the device and contact the service centre.
- *Servicing and safety inspection (applies to commercial use):*
  The unit has been adjusted by the manufacturer for a period of two years' use. In the case of commercial use, the unit must be serviced and safety inspected at least once every two years. This inspection will be charged for and can be carried out by an appropriate authority or an authorised service centre - in accordance with the regulations for users of medical equipment.

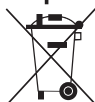


CAUTION

Do not allow water to penetrate the device.

- Store the unit in a cool, dry place.

4.2 Disposal



This product must not be disposed of together with domestic waste. All users are obliged to hand in all electrical or electronic devices, regardless of whether or not they contain toxic substances, at a municipal or commercial collection point so that they can be disposed of in an environmentally acceptable manner.
Please remove the batteries before disposing of the device/unit. Do not dispose of old batteries with your household waste, but at a battery collection station at a recycling site or in a shop. Consult your municipal authority or your dealer for information about disposal.

4.3 Directives / norms

This device meets the requirements of the EU standard for nerve- and muscle stimulation devices. It is certified in accordance with EC Guidelines and carries the CE symbol (conformity symbol) "CE 0297". The EMS-device corresponds to European standards EN 60601-1, EN 60601-1-2 and EN 60601-2-10. The specifications of EU Guideline "93/42/EEC of the Council Directive dated 14 June 1993 concerning medical devices" are met.
Electromagnetic compatibility:
The device complies with the EN60601-1-2 standard for electromagnetic compatibility. You can find details on this measurement data on the **MEDISANA** homepage **www.medisana.com**.

4.4 Technical specifications

Name and model:	**MEDISANA Abdominal muscle stimulation belt BOB**
Power supply:	3 x batteries (type AAA, LR03) 1,5V
Channels:	1
Waveform:	Bi-Phase square wave pulse
Pulse width:	150 - 200 μs
Frequency:	3 Hz ~ 100 Hz
Output voltage:	0 - 45V (at 500 Ohm load), adjustable
Treatment time:	20 to 34 minutes max.
Operating conditions:	5°C to 40°C; relative humidity 30% to 75%
Storage conditions:	-10°C to 50°C relative humidity 20% to 93%
Dimensions approx.:	110 (L) x 14,4 (W) x 2,2 (H) cm
Weight approx.:	230 g (incl. batteries)
Article no.:	88320
EAN-number:	40 15588 88320 0

CE 0297

In accordance with our policy of continual product improvement, we reserve the right to make technical and optical changes without notice.

Warranty and repair terms

Please contact your dealer or the service centre in case of a claim under the warranty. If you have to return the unit, please enclose a copy of your receipt and state what the defect is.

The following warranty terms apply:

1. The warranty period for **MEDISANA** products is three years from date of purchase. In case of a warranty claim, the date of purchase has to be proven by means of the sales receipt or invoice.

2. Defects in material or workmanship will be removed free of charge within the warranty period.

3. Repairs under warranty do not extend the warranty period either for the unit or for the replacement parts.

4. The following is excluded under the warranty:

a. All damage which has arisen due to improper treatment, e.g. non-observance of the user instructions.

b. All damage which is due to repairs or tampering by the customer or unauthorised third parties.

c. Damage which has arisen during transport from the manufacturer to the consumer or during transport to the service centre.

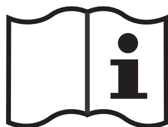
d. Accessories which are subject to normal wear and tear (e.g. batteries etc.).

5. Liability for direct or indirect consequential losses caused by the unit are excluded even if the damage to the unit is accepted as a warranty claim.



MEDISANA AG
Jagenbergstraße 19
41468 NEUSS
Germany
eMail: info@medisana.de
Internet: www.medisana.de

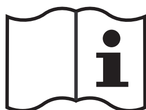
The service centre address is shown on the attached leaflet.



REMARQUE IMPORTANTE ! TOUJOURS CONSERVER !

Lisez attentivement le mode d'emploi, et en particulier les consignes de sécurité, avant d'utiliser l'appareil. Conservez bien ce mode d'emploi. Vous pourriez en avoir besoin par la suite. Lorsque vous remettez l'appareil à un tiers, mettez-lui impérativement ce mode d'emploi à disposition.

Légende



Ce mode d'emploi fait partie du contenu de l'appareil. Elle contient des informations importantes concernant sa mise en service et sa manipulation. Lisez l'intégralité de ce mode d'emploi. Le non respect de cette notice peut provoquer de graves blessures ou des dommages de l'appareil.



AVERTISSEMENT
Ces avertissements doivent être respectés afin d'éviter d'éventuelles blessures de l'utilisateur.



ATTENTION
Ces remarques doivent être respectées afin d'éviter d'éventuels dommages de l'appareil.



REMARQUE
Ces remarques vous donnent des informations supplémentaires utiles pour l'installation ou l'utilisation.



Classification de l'appareil: Type BF



N° de lot



Fabricant



Date de fabrication



1.1 Consignes de sécurité

Utilisation:
Ce dispositif est approprié pour l'usage externe sur des adultes en bonne santé. Il s'agit d'un dispositif pour la stimulation musculaire abdominale spécialement conçu avec les modes d'action suivants:
- Augmentation du débit sanguin dans la zone d'application
- Détente des muscles abdominaux tendus
- Reconstruction des muscles abdominaux
- Préservation et/ou extension de la mobilité

Contre-indications:
Ce dispositif n'est pas adapté aux enfants. En outre, il ne doit pas être utilisé :
- lors d'enflures, inflammations, brûlures, blessures, irritations de la peau ou zones sensibles dans la zone l'application (par exemple phlébites, thrombophlébites, varices, etc.)
- en présence d'un stimulateur cardiaque, d'autres implants ou de prothèses comportant des parties métalliques
- lors d'un cancer
- lors de maladies congénitales du cœur ou des maladies cardiaques (lors d'arythmies ou après un infarctus du myocarde etc.)
- lors d'épilepsie
- lors de problèmes d'irrigation artérielle ou d'hémophilie
- lors d'hernies abdominales ou inguinales
- lors d'une grossesse
- lors de contractions
- lors de maladies aiguës et/ou de la fièvre
- lors de douleurs d'origine inconnue

- Utilisez le dispositif uniquement en conformité avec le mode d'emploi autour du ventre. Une utilisation sur d'autres parties du corps, comme par exemple les yeux, le cou, les parties génitales, etc. peut s'avérer dangereux et est susceptible d'entraîner des blessures graves.
- N'utilisez aucun accessoire qui ne soit pas recommandé par le fabricant.
- Evitez tout contact avec des objets pointus ou tranchant. En cas d'utilisation non conforme à la destination prescrite, les droits à garantie deviennent caducs.
- Cet appareil n’est pas destiné aux personnes (y compris les enfants) à capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou dépourvues d’expérience et/ou de connaissances, sauf si elles sont surveillées par une personne responsable de leur sécurité ou ont été instruites de l’utilisation de l’appareil.
- En cas de panne, ne réparez pas vous-même l'appareil; une telle intervention de votre part non seulement mettrait fin à vos droits à garantie mais peut présenter également des risques non négligeables (feu, blessure, décharge électrique). Ne faites exécuter les réparations que par des services après-vente agréés.
- N'utilisez jamais l'appareil dans la baignoire ou sous la douche. Dans le cas où des liquides pénétreraient dans le boîtier, retirez immédiatement les piles et n'utilisez plus l'appareil. Prenez contact avec votre revendeur ou notre service clientèle.
- En cas de diabète ou de toute autre maladie, demandez conseil à votre médecin de famille avant d'utiliser l'appareil.

- Les personnes dont la sensibilité est réduite ou perturbée doivent utiliser le dispositif uniquement selon les instructions d'un médecin.
- Le traitement doit être agréable. Si vous ressentez des douleurs ou bien si l'application est ressentie douloureusement, il convient d'interrompre et de prendre conseil auprès de votre médecin.
- La thérapie avec le **MEDISANA BOB** ne saurait en aucun cas remplacer le diagnostic et le traitement médical. Consultez votre médecin traitant pour toutes les douleurs ou les maladies avant d'utiliser l'appareil.
- N'utilisez pas l'appareil pendant la commande d'une machine ou la conduite d'un véhicule.
- Si le dispositif présente des dommages visibles au boîtier, à la ceinture, aux électrodes ou à l'écran LCD, renvoyez-le à votre revendeur ou directement au centre des réparations de **MEDISANA** pour qu'il puisse être réparé.
- Le dispositif convient uniquement à l'usage privé et n'est pas destiné à des fins médicales ou commerciales.
- Le dispositif ne doit pas être utilisé à proximité d'appareils émettant des fortes radiations électriques, tels que les émetteurs radio, les fours micro-ondes ou les téléphones mobiles. Son fonctionnement peut en être affectée (voir « Compatibilité électromagnétique »).
- N'utilisez pas le dispositif près de sources de chaleur, de matières ou de gaz inflammables/explosibles ou de gaz.
- Le dispositif ne doit pas être utilisé dans les espaces en présence d'oxygène pur ou d'aérosols (par exemple provenant de bombes aérosols).
- Les bijoux ou les piercings (tels que les piercings du nombril) doivent être enlevés avant l'application du dispositif. Risque de brûlures!
- Le dispositif n'est pas adapté pour une utilisation simultanée avec d'autres appareils qui transmettent des impulsions électriques vers votre corps (appareils TENS).

Remarques sur les électrodes

- Ne placez pas les électrodes sur des plaies.
- Le dispositif ne doit pas entrer en contact avec de l'humidité. Otez les électrodes avant de nager, de vous doucher ou de vous baigner.
- En cas d'apparition d'irritations de la peau, interrompez immédiatement le traitement et consultez votre médecin.

2 Informations utiles

Merci!

Félicitations et merci de votre confiance!
Nous vous félicitons pour l'acquisition du d**ispositif de stimulation des muscles abdominaux MEDISANA BOB**. Vous avez acheté un produit de qualité **MEDISANA**. Afin d'obtenir l'effet désiré et de pouvoir profiter longtemps de votre **dispositif de stimulation des muscles abdominaux MEDISANA BOB**, nous vous recommandons de lire soigneusement les instructions suivantes pour l'utilisation et l'entretien.

2.1 Éléments fournis et emballage

Veuillez vérifier si l'appareil est au complet et ne présente aucun dommage. En cas de doute, ne faites pas fonctionner l'appareil et renvoyez-le à un point de service après-vente. La fourniture comprend:

- 1 **MEDISANA** Dispositif de stimulation musculaire abdominale **BOB**
- 3 piles (type AAA, LR03) 1,5V
- 1 Mode d'emploi

Les emballages sont réutilisables ou peuvent être recyclés afin de récupérer les matières premières. Respectez les règles de protection de l'environnement lorsque vous jetez les emballages dont vous n'avez plus

besoin. Si vous remarquez lors du déballage un dommage survenu durant le transport, contactez immédiatement votre revendeur.



AVERTISSEMENT
Veillez à garder les films d'emballage hors de portée des enfants. Ils risqueraient de s'étouffer!

2.2 Fonctionnement du dispositif

Le **dispositif de stimulation des muscles abdominaux MEDISANA BOB** fonctionne selon le principe de la stimulation électrique des muscles (EMS). Les légères impulsions électriques stimulent les muscles abdominaux sans solliciter les tendons et les articulations. Cela entraîne des légères contractions musculaires « passives » (= sans mouvement effectué par la personne). Cela peut s'avérer utile après une intervention chirurgicale pour renforcer les muscles affaiblis, lors de muscles abdominaux insuffisamment entrainés, trop sollicités d'un seul côté ou tendus, ainsi que pour l'échauffement avant l'entraînement. Ce type de stimulation des fibres musculaires est déjà utilisé depuis de nombreuses années par les athlètes professionnels ainsi que par les amateurs, dans le domaine de la réhabilitation, pour augmenter la performance, pour réduire les risques de blessures et pour conserver la mobilité. La compensation de déséquilibres musculaires et une peau plus ferme contribuent en outre à une apparence plus attrayante.

2.3 Positionnement et remplacement des piles

Assurez-vous que le dispositif soit mis hors tension. Enlevez l'unité d'affichage du support ⓭ . Pour l'ôter facilement, appuyez légèrement sur le dos de la ceinture avant de tirer l'unité d'affichage hors du support ⓭ . Faites glisser le couvercle du compartiment à piles ❺ au dos de l'unité d'affichage dans le sens de la flèche vers le bas, puis insérez les piles fournies (3 piles AAA, LR03 1,5 V) conformément à l'indication de la polarité à l'intérieur du compartiment à piles. Refermez le compartiment à piles en faisant glisser le couvercle ❺ jusqu'à ce qu'il s'enclenche. Replacez l'unité d'affichage dans le support ⓭ jusqu'à ce que les connexions des électrodes magnétiques ❷ et les connexions des électrodes de la ceinture abdominale ⓬ s'emboîtent. Remplacez les piles lorsque l'icône indiquant une charge faible ❼ s'affiche ou si plus rien ne s'affiche sur l'écran après que le dispositif ait été mis en service. Utilisez uniquement des piles du même type (AAA, LR03 1,5 V).



AVERTISSEMENT
INSTRUCTIONS DE SECURITE RELATIVES AUX PILES

- **Ne désassemblez pas les piles !**
- **Retirez immédiatement les piles usagées de l'appareil !**
- **Danger accru de fuite ! Evitez tout contact avec la peau, les yeux et les muqueuses ! En cas de contact avec l'électrolyte, rincez tout de suite les endroits concernés à l'eau claire en abondance et consultez immédiatement un médecin !**
- **En cas d'ingestion d'une pile, consultez immédiatement un médecin !**
- **Remplacez toujours toutes les piles à la fois !**
- **N'utilisez que des piles de type identique! N'utilisez pas simultanément des piles différentes ou des piles ayant déjà été utilisées et des piles neuves !**
- **Introduisez correctement les piles en faisant attention à la polarité !**
- **Retirez-les de l'appareil lors d'une non-utilisation prolongée !**
- **Conservez les piles hors de portée des enfants !**
- **Ne rechargez pas les piles ! Risque d'explosion !**
- **Ne pas les court-circuiter ! Risque d'explosion !**
- **Ne pas les jeter au feu ! Risque d'explosion !**
- **Ne jetez pas les piles et batteries usées dans les ordures ménagères! Jetez-les dans un conteneur prévu à cet effet ou dans un point de collecte des batteries, dans un commerce spécialisé !**

3.1 Mettre la ceinture abdominale

Avant de mettre le **dispositif de stimulation des muscles abdominaux MEDISANA BOB**, assurez-vous qu'il soit propre et sec. Pour obtenir des résultats optimaux, la peau doit être exempte d'humidité et de crèmes etc.



Placez la ceinture autour de votre taille de façon à ce que les électrodes soient posées sur le ventre (à peu près dans la zone du nombril). Fermez le velcro. La ceinture est faite d'un matériau souple qui convient à différents tours de tailles. La ceinture doit être bien serrée pour assurer un bon contact entre les électrodes et la peau, mais ne la serrez pas trop ! La ceinture doit être uniquement posée sur le ventre.



AVERTISSEMENT

- **Avant de mettre la ceinture, assurez-vous que le dispositif soit mis hors tension !**
- **Utilisez la ceinture uniquement comme décrit ci-dessus. Toute utilisation sur d'autres parties du corps peut causer des blessures graves !**
- **Avant d'ôter la ceinture, mettez le dispositif hors tension !**

3.2 Application

Pour mettre en service le dispositif et pour augmenter l'intensité, appuyez sur le bouton ❸ . Vous entendrez deux bips courts. L'écran LCD ❶ affiche le numéro du dernier programme achevé et la durée du programme afférent, par exemple :



Choisissez un programme ou réduisez l'intensité ▼ en appuyant sur le bouton ❹ . Les programmes suivants peuvent être sélectionnés :

Programme no	Durée complète (min)	Largeur d'impulsion(µsec)	Durée des séquences	Fréquence (Hz)
1	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	45
			9 Min.	60
			2 Min.	30
2	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	60
			9 Min.	80
			2 Min.	30

Suite-->

<table>
<tr><th>Programme no</th><th>Durée complète (min)</th><th>Largeur d'impulsion(µsec)</th><th>Durée des séquences</th><th colspan="2">Fréquence (Hz)</th></tr>
<tr><td rowspan="3">3</td><td rowspan="3">22</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>18 Min.</td><td colspan="2">45</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">4</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>27 Min.</td><td colspan="2">60</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">5</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>27 Min.</td><td colspan="2">80</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">6</td><td rowspan="3">25</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">6</td></tr>
<tr><td>20 Min.</td><td>45</td><td>4</td></tr>
<tr><td>3 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td rowspan="3">7</td><td rowspan="3">32</td><td rowspan="3">200</td><td>5 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td>17 Min.</td><td>50</td><td>9</td></tr>
<tr><td>10 Min.</td><td colspan="2">3</td></tr>
<tr><td rowspan="3">8</td><td rowspan="3">34</td><td rowspan="3">200</td><td>5 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td>19 Min.</td><td>50</td><td>9</td></tr>
<tr><td>10 Min.</td><td colspan="2">3</td></tr>
<tr><td>9</td><td>20</td><td>180</td><td>20 Min.</td><td colspan="2">80</td></tr>
<tr><td>10</td><td>20</td><td>150</td><td>20 Min.</td><td colspan="2">100</td></tr>
</table>

Les programmes peuvent varier en fonction de la fréquence et de la durée des impulsions d'entraînement individuelles. La durée totale d'un programme est subdivisée dans des sections de différentes durées avec des fréquences de stimulation coordonnées. Les gammes de fréquence inférieures (environ 2 Hz à 40 Hz) sont plus propices à la détente musculaire et les fréquences plus élevées sont utilisées pour la stimulation musculaire. La largeur de l'impulsion détermine la durée du flux des impulsions de courant lors de l'application. Plus la largeur d'impulsion est importante, plus les fibres musculaires sont stimulées. Les largeurs d'impulsion inférieures conviennent donc à l'échauffement ou à la détente en douceur. Il est conseillé d'alterner entre la stimulation et la relaxation musculaire ciblée comme lors d'un entraînement musculaire avec les poids. Cela protège les muscles et rend les sessions d'entraînement plus efficaces. Les 10 programmes à choix comprennent donc des fréquences et durées d'application différentes lesquelles se déroulent automatiquement.
L'intensité peut être réglée manuellement sur 25 niveaux pendant l'utilisation du **dispositif de stimulation des muscles abdominaux MEDISANA BOB** (voir « *3.3 Réglage de l'intensité* »).
Les 10 programmes peuvent être implémentés au cours de plusieurs semaines. Commencez la première semaine avec le programme 1 d'un niveau de faible intensité. Selon le renforcement croissant de vos muscles abdominaux, augmentez lentement l'intensité des sessions d'entraînement et passez ensuite aux programmes d'un niveau plus élevé. Bien sûr, vous pouvez choisir le programme et l'intensité selon vos préférences personnelles et votre forme physique. Notez qu'début, vous ne devrez pas appliquer le dispositif plus d'une fois par jour. A

partir de la 2ème semaine, vous pouvez augmenter la fréquence d'application, en respectant toujours une pause d'au moins 5 heures entre chaque session d'entraînement.
Après avoir sélectionné un programme, appuyez à nouveau sur le bouton ▲ ❸ pour augmenter l'intensité ou pour lancer l'application.



REMARQUE

Le dispositif émet les impulsions de courant uniquement lorsque d'un contact correct avec la peau. Si cela n'est pas le cas, vous entendrez un long bip et le dispositif se met à nouveau dans le mode de sélection du programme. Vérifiez alors si vous portez la ceinture abdominale correctement.

La durée du programme affichée effectue maintenant un compte à rebours jusqu'à 0. Lors de l'application, vous ressentirez éventuellement un léger picotement. Lors d'une intensité plus élevée, vous ressentirez les contractions musculaires des muscles abdominaux qui se détendent doucement après quelques secondes. A la fin du programme, vous entendrez deux signaux (un bip court et un bip long) et les impulsions de courant s'arrêtent. Vous pouvez également arrêter manuellement l'application en appuyant sur le bouton▼ ❹qui réduit l'intensité / sélectionne le programme. Appuyez-y jusqu'à ce que l'appareil s'éteigne en émettant deux bips, ou appuyez plusieurs fois sur le bouton jusqu'à ce que l'intensité se trouve au niveau le plus bas (1). Ensuite, arrêtez le dispositif en appuyant encore une fois sur ce bouton.

3.3 Réglage de l'intensité

Lors de l'application, vous pouvez régler l'intensité au moyen des deux boutons▲❸ et ▼ ❹ sur 25 niveaux. Vous pouvez réduire l'intensité à tout moment en appuyant sur le bouton ▼ ❹ . Si le niveau le plus bas (1) est atteint, appuyez encore une fois sur le bouton ▼❹pour éteindre le dispositif. Pour augmenter l'intensité d'un niveau, appuyez une fois sur le bouton ▲ ❸ (jusqu'à 25). Pour éviter que l'intensité augmente inopinément, le dispositif s'éteint et verrouille les boutons après environ 5 secondes si vous n'appuyez pas sur un des boutons. A ce moment, l'éclairage s'éteint et le symbole ⊸ ❻ s'affiche sur l'écran LCD ❶ . Pour déverrouiller les boutons, appuyez sur le bouton ▼ ❹ et réduisez en même temps l'intensité d'un niveau (ou éteignez le dispositif s'il se trouvait précédemment sur le niveau 1). Vous pouvez augmenter le niveau de l'intensité seulement si le verrouillage des boutons n'est pas activé. Réglez l'intensité toujours sur un niveau qui vous semble agréable.



AVERTISSEMENT

Si vous avez mal, passez à une l'intensité plus faible. Si l'application continue à être douloureuse ou si vote peau vous démange, arrêtez immédiatement l'application et consultez votre médecin.

3.4 Arrêt automatique

Si le dispositif se trouve dans le mode de sélection du programme et si vous n'appuyez sur aucun des boutons pendant environ 2 minutes, il s'éteint automatiquement. Lors de l'application sur la peau, le dispositif vérifie en permanence si le contact avec la peau est suffisant. Si ce n'est pas le cas, les impulsions de courant sont automatiquement coupées et le dispositif passe dans le mode de sélection du programme.

4 Divers

4.1 Nettoyage et entretien

- Enlevez les batteries avant de nettoyer l'appareil.
- N'utilisez jamais de produits de nettoyage agressifs ou des brosses dures.
- Nettoyez l'appareil avec un chiffon doux que vous humecterez légèrement dans une solution savonneuse douce. Ne plongez jamais l'appareil dans l'eau pour le nettoyer et faites éventuellement attention, le cas échéant, à ce que de l'eau ne pénètre pas dans l'appareil. N'utilisez de nouveau l'appareil que lorsqu'il est complètement sec.
- Avant chaque application, vérifiez si les deux porte-électrodes rondes au dos de la ceinture sont exemptes d'impuretés et qu'ils ne sont pas endommagés. Si vous avez des doutes à ce sujet, n'utilisez pas le dispositif et contactez le centre des réparations.
- *Contrôle de sécurité (s'applique à l'usage commercial):*
  Le dispositif est réglé d'usine pour une durée de vie de deux ans. Lors d'une utilisation commerciale, les contrôles de sécurité doivent être effectués au moins tous les deux ans.

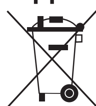


ATTENTION

Veillez à ce qu'aucune humidité ne pénètre dans le dispositif !

- Conservez le dispositif dans un endroit sec et frais.

4.2 Élimination de l'appareil



Cet appareil ne doit pas être placé avec les ordures ménagères.
Chaque consommateur doit ramener les appareils électriques ou électroniques, qu'ils contiennent des substances nocives ou non, à un point de collecte de sa commune ou dans le commerce afin de permettre leur élimination écologique. Retirez les piles avant de jeter l'appareil. Ne mettez pas les piles usagées à la poubelle, placez-les avec les déchets spéciaux ou déposez-les dans un point de collecte des piles usagées dans les commerces spécialisés. Pour plus de renseignements sur l'élimination des déchets, veuillez vous adresser aux services de votre commune ou bien à votre revendeur.

4.3 Directives / Normes

Ce dispositif répond aux exigences de la norme européenne pour les dispositifs de stimulation nerveuse et musculaire. Il est certifié conformément aux directives CE et possède le label CE (marque de conformité) « CE 0297 ». Le dispositif EMS est conforme aux normes européennes EN 60601-1, EN 60601-1-2 et EN 60601-2-10. Les exigences de la directive européenne « 93/42/CEE du Conseil, du 14 Juin 1993, relative aux dispositifs médicaux » sont remplies.
Compatibilité électromagnétique:
L'appareil correspond aux exigences de la norme EN60601-1-2 pour la compatibilité électromagnétique. Pour connaître les détails de ces données de mesure, consultez le site **www.medisana.com** s.v.p.

4.4 Caractéristiques

Nom et modèle:	**MEDISANA Dispositif de stimulation musculaire abdominale BOB**
Alimentation électrique:	3 x piles (type AAA, LR03) 1,5V
Canaux:	1
Forme des impulsions:	Forme rectangulaire biphasique
Largeur d'impulsion:	150 - 200 µs
Fréquence:	3 Hz ~ 100 Hz
Tension de sortie:	0 - 45V (lors d'une charge de 500 ohms), réglable
Temps d'application:	Maximal 20 à 34 minutes
Conditions d'utilisation:	5°C à 40°C, 30% à 75% d'humidité de l'air relative
Conditions de stockage:	-10°C à 50°C, 20% à 93% d'humidité de l'air relative
Dimensions env.:	110 x 14,4 x 2,2 cm
Poids env.:	230 g
N° d'article:	88320
EAN-N°:	40 15588 88320 0

CE 0297

Dans le cadre du travail continu d'amélioration des produits, nous nous réservons le droit de procéder à des modifications techniques et de design.

Conditions de garantie et de réparation

En cas de recours à la garantie, veuillez vous adresser à votre revendeur spécialisé ou contactez directement le service clientèle. S'il est nécessaire d'expédier l'appareil, veuillez indiquer le défaut constaté et joindre une copie du justificatif d'achat.

Les conditions de garantie sont les suivantes:

1. Une garantie de trois ans à compter de la date d'achat est accordée sur les produits **MEDISANA**. En cas d'intervention de la garantie, la date d'achat doit être prouvée en présentant le justificatif d'achat ou la facture.

2. Durant la période de garantie, les défauts liés à des erreurs de matériel ou de fabrication sont éliminés gratuitement.

3. Les services effectués sous garantie n'entraînent pas de prolongation de la période de garantie, ni pour l'appareil, ni pour les composants remplacés.

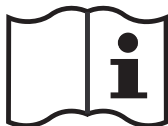
4. Sont exclus de la garantie:
- **a.** tous les dommages dus à un usage incorrect, par exemple au non-respect de la notice d'utilisation.
- **b.** les dommages dus à une remise en état ou des interventions effectuées par l'acheteur ou par de tierces personnes non autorisées.
- **c.** les dommages survenus durant le transport de l'appareil depuis le site du fabricant jusque chez l'utilisateur ou lors de l'expédition de l'appareil au service clientèle.
- **d.** les accessoires soumis à une usure normale.

5. Nous déclinons toute responsabilité pour les dommages consécutifs causés directement ou indirectement par l'appareil, y compris lorsque le dommage survenu sur l'appareil est couvert par la garantie.



MEDISANA AG
Jagenbergstraße 19
41468 NEUSS
Allemagne
eMail: info@medisana.de
Internet: www.medisana.de

Vous trouverez l'adresse du SAV sur la fiche jointe séparément.

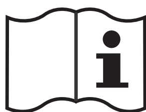


NOTE IMPORTANTI !

CONSERVARE IN MANIERA SCRUPOLOSA!

Prima di utilizzare l'apparecchio, leggere attentamente le istruzioni per l'uso, soprattutto le indicazioni di sicurezza, e conservare le istruzioni per l'uso per gli impieghi successivi. Se l'apparecchio viene ceduto a terzi, allegare sempre anche queste istruzioni per l'uso.

Spiegazione dei simboli



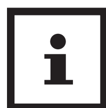
Queste istruzioni per l'uso si riferiscono a questo apparecchio. Contengono informazioni importanti per la messa in funzione e l'uso.
Leggere interamente queste istruzioni per l'uso.
L'inosservanza delle presenti istruzioni può causare ferite gravi o danni all'apparecchio.



AVVERTENZA
Attenersi a queste indicazioni di avvertimento per evitare che l'utente si ferisca.



ATTENZIONE
Attenersi a queste indicazioni per evitare danni all'apparecchio.



NOTA
Queste note forniscono ulteriori informazioni utili relative all'istallazione o al funzionamento.



Classificazione dell'apparecchio: Tipo BF



Numero LOT



Produttore



Data di produzione



1.1 Norme di sicurezza

Finalità d'uso:
Questo apparecchio è pensato per applicazione esterna su soggetti sani. Si tratta di uno stimolatore progettato appositamente per muscoli addominali e presenta i seguenti benefici:
- Aumento della circolazione nella zona di applicazione
- Rilassamento della muscolatura addominale in tensione
- Ricostituzione della muscolatura addominale
- Conservazione o incremento della capacità di movimento

Controindicazioni:
Non adatto a bambini. L'apparecchio non deve essere utilizzato in caso di:
- gonfiori, infiammazioni, ustioni, ferite, eruzioni cutanee o tessuti sensibili nella zona di applicazione (ad esempio infiammazione venosa, tromboflebite, vene varicose, ecc)
- presenza di pacemaker, altro tipo di trapianti o protesi in metallo all'interno dell'organismo
- tumore
- disturbi o malattie al cuore (ad esempio aritmia o danni al miocardio)
- epilessia
- problemi di circolazione alle arterie o emorragie
- ernia addominale o inguinale
- gravidanza
- doglie
- malattie fulminanti o/e febbre
- dolori di provenienza ignota

- Si prega di utilizzare l'apparecchio solo conformemente alle disposizioni presenti nelle indicazioni d'uso, sistemandolo attorno all'addome. L'utilizzo su altre parti del corpo, ad esempio occhi, collo, genitali, ecc. è pericoloso e può comportare gravi danni alla salute.
- Non utilizzate degli accessori che non sono stati consigliati dal fabbricante.
- Evitate il contatto con oggetti appuntiti o affilati. In caso di uso per scopo diverso da quello di destinazione cessa la validità della garanzia.
- Questo apparecchio non deve essere mai maneggiato da bambini, né utilizzato da persone con discapacità fisiche, sensoriali o intellettive o con esperienza insufficiente e/o carenza di competenze sempre che, per la loro incolumità, non vengano assistiti da una persona competente o non vengano adeguatamente istruiti su come impiegare l’apparecchio.
- In caso di guasto non riparate l'apparecchio da soli. In questo modo non solo cesserebbe ogni diritto ad usufruire della garanzia, ma potrebbero anche nascere seri pericoli (incendi, scariche elettriche, ferite). Fate eseguire le riparazioni solo da centri di assistenza tecnica autorizzati.
- Non utilizzate mai l'apparecchio mentre fate il bagno o la doccia. Se dovesse penetrare dell'acqua nell'apparecchio, le batterie devono essere immediatamente tolte e si deve evitare di continuare ad utilizzare l'apparecchio. Contattate il Vostro negoziante specializzato o il nostro centro di assistenza.
- In caso di diabete o di altre malattie prima dell'impiego dell'apparecchio dovreste chiedere consiglio al vostro medico di famiglia.
- Persone la cui sensibilità sia in qualche modo danneggiata o limitata possono utilizzare l'apparecchio solo su indicazione medica.

- Il trattamento dovrebbe risultare piacevole. Se sentite dei dolori o l'impiego vi risulta fastidioso, interrompetelo e chiedete consiglio al vostro medico.
- I trattamenti con **MEDISANA BOB** non sostituiscono né diagnosi né terapie mediche. Consultate il Vostro medico per ogni genere di dolori o di malattie prima di utilizzare questo apparecchio.
- Non si deve utilizzare il **MEDISANA BOB** quando si è alla guida di una automobile o mentre si fa funzionare un macchinario.
- Se l'apparecchio presenta danni visibili alla custodia, alla cintura, agli elettrodi o al display LCD, inviarlo al proprio commerciante specializzato o direttamente al servizio clienti **MEDISANA** per provvedere alla riparazione.
- L'apparecchio è finalizzato al solo utilizzo privato, non adatto per usi medici o commerciali.
- L'apparecchio non deve essere usato nelle vicinanze di altri apparecchi che emettono forti impulsi elettrici, ad esempio stazioni radio, forni a microonde o cellulari. In questo caso infatti la funzionalità potrà risultare diminuita (cfr. “Compatibilità elettromagnetica“).
- Utilizzare l'apparecchio lontano da fonti di calore, materiali infiammabili o esplosivi o gas.
- L'apparecchio non deve essere utilizzato in spazi con presenza di forte concentrazione di ossigeno o gas (ad esempio spray).
- E' necessario togliere eventuali gioielli e piercing (ad esempio sull'addome) prima di utilizzare l'apparecchio. Vi è pericolo di incendio!
- L'apparecchio non è adatto all'utilizzo in contemporanea con altri apparecchi che conducono impulsi elettrici al proprio corpo (ad esempio, apparecchi TENS).

Note sugli elettrodi

- Gli elettrodi non devono venire posizionati su zone in cui la pelle è lesionata.
- Non lasciare l'apparecchi in luoghi umidi. Eliminare gli elettrodi prima di fare una doccia, il bagno o fare una nuotata.
- Nel caso dovessero insorgere irritazioni cutanee, sospendere il trattamento e consultare il medico.

2 Informazioni interessanti

Grazie!

Grazie per la fiducia accordataci e complimenti per la scelta!
Con lo **Stimolatore per Muscoli Addominali MEDISANA BOB** riceverete un prodotto di qualità **MEDISANA**. Affinché otteniate il risultato desiderato e siate soddisfatti del vostro **Stimolatore per Muscoli Addominali MEDISANA BOB**, vi consigliamo di leggere attentamente le indicazioni d'uso e manutenzione che seguono.

2.1 Materiale in dotazione e imballaggio

Verificare in primo luogo che l’apparecchio sia completo e che non vi siano segni di danni. In caso di dubbi non mettere in funzione l’apparecchio e rivolgersi al proprio rivenditore o al proprio centro di assistenza.Il materiale consegnato consta di:

- 1 **MEDISANA Stimolatore per muscoli addominali BOB**
- 3 batterie (tipo AAA, LR03) 1,5V
- 1 istruzioni per l'uso

Le confezioni sono riutilizzabili o possono essere riciclate. Smaltire il materiale d’imballaggio non più necessario in conformità alle disposizioni vigenti. In caso di danneggiamenti dovuti al trasporto, mettersi immediatamente in contatto con il proprio rivenditore.



AVVERTENZA
Assicurarsi che i sacchetti d'imballaggio non siano alla portata dei bambini. Pericolo di soffocamento!

2.2 Modalità d'uso dell'apparecchio

Lo **Stimolatore per Muscoli Addominali MEDISANA BOB** funziona secondo il principio dell'elettrostimolazione muscolare (ESM). Attraverso delicati impulsi elettrici, senza alcun carico su tendini e articolazioni, i muscoli addominali vengono stimolati. Ciò comporta piccole contrazioni muscolari che possono favorire la muscolatura "passiva" (= senza movimento volontario). Ciò può avere gran beneficio, ad esempio dopo un intervento per il rafforzamento della muscolatura rilassata in caso di muscoli addominali poco o scarsamente allenati o bloccati o per riscaldamento prima di iniziare un'attività sportiva. Questa modalità di stimolazione delle fibre muscolari viene utilizzata già da molti anni dagli atleti professionisti, ambiziosi dilettanti e nel settore riabilitativo, per aumentare le prestazioni fisiche, ridurre il pericolo di lesioni e mantenere la mobilità. Il ripristino dell'equilibrio muscolare e il rassodamento della pelle comportano naturalmente un aspetto più attraente.

2.3 Inserimento / sostituzione delle batterie

Assicuratevi che l'apparecchio sia spento. Rimuovete il display dal sistema di fissaggio ⓭ . Ciò è più facile se viene praticata una piccola pressione sulla parte posteriore della cintura e quindi il display ⓭ viene tirato via. Spingete il coperchio del vano porta batteria ❺ sulla parte posteriore del display nella direzione della freccia verso il basso e posizionate le batterie in coordinato (3 batterie di tipo AAA, LR03 1,5V) secondo la polarità indicata nel vano batteria. Chiudete nuovamente il vano batteria attraverso il coperchio predisposto ❺ fino a che non si innesta completamente.
Riposizionate il display nel dispositivo di fissaggio ⓭ , fino a che gli attacchi magnetici degli elettrodi ❷ non si "blocchino" con gli attacchi degli elettrodi della cintura addominale ⓬ tenendo conto del passo.
Sostituire le batterie quando appare il simbolo della sostituzione batteria ❼ sul display o quando il display non viene visualizzato, anche una volta accesso l'apparecchio. Per sostituire le batterie, utilizzare sempre solo batterie dello stesso tipo (AAA, LR03 1,5V).



AVVERTENZA
INDICAZIONI DI SICUREZZA PER LA BATTERIA

- **Non smontare le batterie!**
- **Rimuovere immediatamente le batterie esaurite dal dispositivo!**
- **Elevato rischio di fuoriuscita di liquidi, evitare il contatto con la pelle, gli occhi e le mucose! In caso di contatto con gli acidi delle batterie risciacquare subito i punti interessati con abbondante acqua pulita e consultare subito un medico!**
- **In caso di ingerimento di una batteria chiamare immediatamente un medico!**
- **Sostituire sempre tutte le batterie contemporaneamente!**
- **Impiegare unicamente batterie dello stesso tipo, non utilizzare tipologie diverse oppure batterie usate e nuove insieme!**
- **Inserire correttamente le batterie, prestare attenzione alla polarità!**
- **In caso di lungo periodo di inutilizzo, rimuovere le batterie dal dispositivo!**
- **Tenere le batterie lontano dalla portata dei bambini!**
- **Non ricaricare le batterie! Pericolo di esplosione!**
- **Non cortocircuitare! Pericolo di esplosione!**
- **Non gettare nel fuoco! Pericolo di esplosione!**
- **Non gettare le batterie usate insieme ai rifiuti domestici, smaltirle separatamente oppure consegnarle a un punto di raccolta batterie presso il rivenditore!**

3.1 Posizionamento della cintura lombare

Assicuratevi che lo **Stimolatore per muscoli addominali MEDISANA BOB** sia pulito e asciutto, prima di indossare la cintura. Per poter raggiungere effetti ottimali, la pelle non deve essere umida o presentare creme.



Legare la cintura addominale intorno alla vita, in modo che gli elettrodi siano posizionati correttamente (con l'ombelico all'incirca nel mezzo). Chiudete la chiusura di sicurezza. La cintura è realizzata in materiale flessibile, che si adatta facilmente a tutte le dimensioni della vita. Fondamentale è che la cintura sia ben salda per permettere un buon contatto tra gli elettrodi e la pelle, ma questi non devono incastrarsi. La cintura è adatta esclusivamente ad essere utilizzata sulla parte addominale.

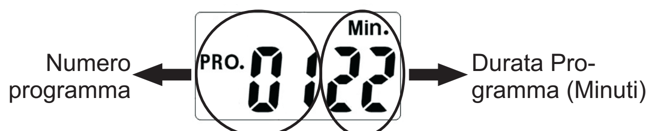


ATTENZIONE

- **Prima di posizionare la cintura addominale, assicuratevi che l'apparecchio sia spento!**
- **Utilizzate la cintura addominale solo nel modo prescritto, quindi che venga posta attorno alla vita. Un impiego su altre parti del corpo può comportare gravi lesioni!**
- **Spegnere l'apparecchio prima di togliersi la cintura!**

3.2 Utilizzo

Premere il tasto accensione/aumento intensità ▲ ❸, per accendere l'apparecchio. Vengono riprodotti due piccoli bip e sul display LCD ❶ compare il numero dell'ultimo programma eseguito e la durata corrispondente, ad esempio:



Scegliere un programma attraverso il tasto spegnimento/diminuzione intensità ▼ - scelta programmi – tasto ❹. Sono disponibili i programmi seguenti:

Programma Num.	Durata totale (Min.)	Ampiezza impulsi (µsec)	Ripartizioni Temporali	Frequenza (Hz)
1	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	45
			9 Min.	60
			2 Min.	30
2	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	60
			9 Min.	80
			2 Min.	30

Approfondimento-->

Programma Num.	Durata totale (Min.)	Ampiezza impulsi (µsec)	Ripartizioni Temporali	Frequenza (Hz)
3	**22**	**200**	2 Min.	30
			18 Min.	45
			2 Min.	30
4	**31**	**200**	2 Min.	30
			27 Min.	60
			2 Min.	30
5	**31**	**200**	2 Min.	30
			27 Min.	80
			2 Min.	30
6	**25**	**200**	2 Min.	6
			20 Min.	45 4
			3 Min.	5
7	**32**	**200**	5 Min.	5
			17 Min.	50 9
			10 Min.	3
8	**34**	**200**	5 Min.	5
			19 Min.	50 9
			10 Min.	3
9	**20**	**180**	20 Min.	80
10	**20**	**150**	20 Min.	100

I programmi si differenziano per frequenza e durata delle singole modalità di impulsi. La durata totale di un programma viene ripartita in diversi periodi di una certa durata con frequenze di elettrostimolazione sincronizzate le une con le altre. Campi di frequenza più bassi (da ca. 2 Hz a 40 Hz) sono adatti a sciogliere i muscoli e le frequenze più alte servono per la stimolazione muscolare. L'ampiezza degli impulsi fornisce la durata del flusso di impulsi elettrici durante l'uso. Maggiore è l'ampiezza degli impulsi, più forte sarà la stimolazione muscolare. Un'ampiezza di impulsi minore si presta meglio a riscaldamento o a uno scioglimento delicato dei muscoli. Come in un allenamento fisico con i pesi effettuato in palestra, per ogni sessione è bene alternare la fase di stimolazione muscolare con la fase di riposo. Ciò permette di aver cura della muscolatura e rende inoltre possibile un'efficace sessione di allenamento. Tra i 10 programmi tra cui è possibile scegliere, ci sono diverse frequenze e diverse ripartizioni temporali che l'apparecchio esegue automaticamente. Inoltre durante l'uso dello **Stimolatore dei muscoli addominali MEDISANA BOB** è possibile impostare manualmente 25 livelli (cfr. “3.3 Impostazione dell'intensità“).
I 10 diversi programmi possono essere completati in diverse settimane. Iniziate la prima settimana con il Programma con livello di intensità basso e aumentate gradualmente l'intensità dell'allenamento man mano che aumenta la prestazione garantita dai vostri addominali e passate quindi ad un programma più avanzato. Naturalmente è possibile impostare sia il programma sia l'intensità secondo la propria sensibilità e il proprio stato di allenamento. Ricordate, almeno all'inizio, di non utilizzare l'apparecchio per più di una volta al giorno. A partire dalla

seconda settimana è possibile aumentare la frequenza d'uso, tuttavia è bene lasciar passare almeno 5 ore tra le singole unità di allentamento.
Dopo aver selezionato un programma, premere nuovamente il tasto accensione/aumento di intensità ▲ ❸ , per avviare l'applicazione.



NOTA

L'apparecchio avvia l'emissione di impulsi elettrici, quando è presente un contatto corretto con il corpo dell'utente. Qualora ciò non avvenga, si sente un lungo "bip" e l'apparecchio ritorna alla modalità di selezione programmi. Verificare in questo caso se la cintura è stata ben posizionata.

Il tempo indicato per la durata del programma va a ritroso (Countdown) fino a 0. Durante l'utilizzo sarà possibile avvertire un leggero formicolio. Con l'aumentare dell'intensità sentirete le contrazioni muscolari all'altezza dell'addome, che si rilasserà nuovamente dopo pochi secondi. Una volta trascorso il tempo predefinito si udiranno due segnali (un "bip" più breve ed uno più lungo) e viene arrestata l'emissione di impulsi elettrici. È possibile anche arrestare manualmente premendo il tasto di spegnimento/ diminuzione intensità ▼ / selezione programma – tasto ❹ e tenere premuto finché non si spegne con due "bip" o premendo più volte finché l'intensità non risulta al minimo (1). Una nuova pressione sul tasto comporta l'arresto del flusso di impulsi.

3.3 Impostazione dell'intensità

Durante l'utilizzo è possibile impostare l'intensità con i tasti ▲❸ e ▼❹ in 25 diversi livelli. Una diminuzione dell'intensità è possibile in qualsiasi momento, attraverso il tasto ▼❹. Qualora sia stato raggiunto il livello più basso (1) e si preme nuovamente il tasto ▼❹, l'apparecchio smette di inviare impulsi elettrici. Premendo il tasto ▲❸ si aumenta l'intensità di 1 livello alla volta (max fino a 25). Per evitare aumenti di intensità non intenzionali, l'apparecchio imposta il blocco tasti dopo 5 secondi dall'assenza di qualsiasi attività. In questo caso la luce del display LCD ❶ si spegne e compare il simbolo ⊶ ❻. Per sbloccare il blocco tasti è necessario premere il tasto ▼❹ che allo stesso tempo diminuisce l'intensità di 1 livello (o nel caso l'intensità sia stata già portata a livello 1, spegne l'apparecchio). Un aumento nel livello di intensità è possibile solo quando non è attivato il blocco tasti. Impostate sempre l'intensità al livello che vi sembra essere più consono.



ATTENZIONE

Qualora troviate sgradevole l'applicazione, abbassate l'intensità. Qualora dovesse risultare ancora fastidiosa o provocare dolore o irritazione alla pelle, interrompere immediatamente l'applicazione e consultare un medico.

3.4 Spegnimento automatico

Qualora nella modalità selezione programma non viene premuto alcun tasto per circa 2 minuti, l'apparecchio si spegne automaticamente.
Nel corso del funzionamento l'apparecchio controlla costantemente se vi sia ancora sufficiente contatto con la pelle. Qualora non ve ne fosse, l'emissione della corrente viene automaticamente arrestata e l'apparecchio ritorna alla Modalità di selezione del programma.

4 Varie

4.1 Pulizia e manutenzione

- Estraete le pile prima di pulire l'apparecchio.
- Non utilizzate mai detergenti aggressivi o spazzole dure.
- Pulite l'apparecchio con un panno morbido inumidito con una lisciva delicata. Per la pulizia non immergete mai in acqua l'apparecchio e fate attenzione che non entri acqua nell'apparecchio. Riutilizzate l'apparecchio solo dopo che si è asciugato completamente.
- Prima di ogni applicazione, verificate che entrambi gli inserti degli elettrodi sulla parte posteriore della cintura siano privi di impurità e che non presentino alcun tipo di danneggiamenti. Non utilizzare l'apparecchio se vi sono dei dubbi in tal senso e contattate il servizio clienti.
- *CONTROLLI DI SICUREZZA (VALE PER L'IMPIEGO PER SCOPI COMMERCIALI):*
  L'apparecchio viene garantito dal produttore per la durata di due anni. I controlli di sicurezza devono essere eseguiti almeno ogni due anni per l'impiego a fini commerciali.



ATTENZIONE

Non versare dell'acqua all'interno dell'apparecchio!

- Conservare in luogo fresco ed asciutto.

4.2 Smaltimento



L'apparecchio non può essere smaltito insieme ai rifiuti domestici.
Ogni utilizzatore ha l'obbligo di gettare tutte le apparecchiature elettroniche o elettriche, contenenti o prive di sostanze nocive, presso un punto di raccolta della propria città o di un rivenditore specializzato, in modo che vengano smaltite nel rispetto dell'ambiente.
Togliere le pile prima di smaltire lo strumento. Non gettare le pile esaurite nei rifiuti domestici, ma nei rifiuti speciali o in una stazione di raccolta pile presso i rivenditori specializzati. Per lo smaltimento rivolgersi alle autorità comunali o al proprio rivenditore.

4.3 Direttive / Norme

Questo apparecchio è conforme alle disposizioni CE in materia di stimolatori nervosi e muscolari. È stato certificato in base alle Direttive CE ed è stato munito di marchio "CE 0297" (marchio di conformità). L'apparecchio EMS è conforme alle norme europee EN 60601-1, EN 60601-1-2 e EN 60601-2-10. Le previsioni della Direttiva CE "93/42/CEE del Parlamento del 14 giugno 1993 su Prodotti Medicali" sono del tutto soddisfatte.
Compatibilità elettromagnetica:
L'apparecchio soddisfa i requisiti della norma EN 60601-1-2 per la compatibilità elettromagnetica. Maggiori dettagli relativi ai dati di misurazione sono disponibili sul sito **MEDISANA** alla pagina **www.medisana.com**.

4.4 Dati tecnici

Nome e modello:	**MEDISANA Stimolatore per muscoli addominali BOB**
Alimentazione:	3 x batterie (tipo AAA, LR03) 1,5V
Canali:	1
Forma della curva:	Angolo retto bifase
Ampiezza dell'impulso:	150 - 200 µs
Frequenza:	3 Hz ~ 100 Hz
Tensione in uscita:	0 - 45V (per carico da 500 Ohm), regolabile
Tempo di utilizzo:	Da 20 fino a 34 minuti max.
Condizioni di esercizio:	5°C a 40°C, 30% a 75% di umidità relativa
Condizioni per la conservazione:	-10°C a 50°C, 20% a 93% di umidità relativa
Dimensioni circa:	110 (L) x 14,4 (L) x 2,2 (A) cm
Peso circa:	230 g
Articolo n°:	88320
EAN-n°:	40 15588 88320 0

CE 0297

Alla luce dei costanti miglioramenti dei prodotti, ci riserviamo la facoltà di apportare qualsiasi modifica tecnica e strutturale.

Condizioni di garanzia e di riparazione

In caso di garanzia, contattare il vostro rivenditore di fiducia o direttamente il centro di assistenza. Se dovesse essere necessario spedire l'apparecchio, specificare il guasto e allegare una copia della ricevuta di acquisto.

Valgono le seguenti condizioni di garanzia:

1. I prodotti **MEDISANA** hanno una garanzia di tre anni a partire dalla data di vendita. La data di acquisto deve essere comprovata in caso di garanzia dalla ricevuta di acquisto o dalla fattura.

2. Durante il periodo di garanzia, i guasti dovuti a difetti di materiale o di lavorazione vengono eliminati gratuitamente.

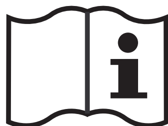
3. Una prestazione di garanzia non da diritto al prolungamento del periodo di garanzia, né per l'apparecchio né per i componenti sostituiti.

4. La garanzia non include:
- **a.** tutti i danni risultanti da uso improprio, ad esempio dall'inosservanza delle istruzioni d'uso,
- **b.** i danni riconducibili a manutenzione o ad interventi effettuati dall'acquirente o da terzi non autorizzati,
- **c.** danni di trasporto verificati durante il trasporto dal produttore al consumatore o durante l'invio al servizio clienti,
- **d.** gli accessori soggetti a normale usura.

5. È altresì esclusa qualsiasi responsabilità per danni secondari diretti o indiretti causati dall'apparecchio anche se il danno all'apparecchio viene riconosciuto come caso di garanzia.


MEDISANA AG
Jagenbergstraße 19
41468 NEUSS
Germania
eMail: info@medisana.de
Internet: www.medisana.de

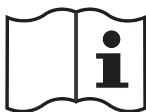
L'indirizzo del servizio di assistenza è riportato nel foglio allegato separato.



¡NOTAS IMPORTANTES! ¡CONSERVAR SIN FALTA!

Antes de utilizar el aparato, lea detenidamente las instrucciones de manejo, especialmente las indicaciones de seguridad; guarde estas instrucciones para su consulta posterior. Si cede el aparato a terceras personas, entregue también estas instrucciones de manejo.

Leyenda:



Estas instrucciones forman parte de este aparato. Contienen información importante relativa a la puesta en funcionamiento y manejo. Lea estas instrucciones en su totalidad. Si no se respetan estas instrucciones se pueden producir graves lesiones o daños en el aparato.



ADVERTENCIA
Las indicaciones de advertencia se deben respetar para evitar la posibilidad de que el usuario sufra lesiones.



ATENCIÓN
Estas indicaciones se deben respetar para evitar posibles daños en el aparato.



NOTA
Estas indicaciones le ofrecen información adicional que le resultará útil para la instalación y para el funcionamiento.



Clasificación del aparato: Tipo BF



Número de LOTE



Fabricante



Fecha de fabricación



1.1 Indicaciones de seguridad

Finalidad:
Este dispositivo está indicado para un uso externo en adultos sanos. Se trata de un estimulador abdominal especialmente desarrollado con los siguientes efectos:
- Aumento del riego sanguíneo en el área de aplicación
- Destensión de los abdominales tensos
- Recuperación de la musculatura abdominal
- Mantenimiento y ampliación de la capacidad de movimiento

Contraindicaciones:
Este dispositivo no es adecuado para niños. El dispositivo no se puede utilizar en los siguientes casos:
- Inflamaciones, hinchazones, quemaduras, lesiones, golpes o zonas sensibles dentro del área de aplicación (por ejemplo, flebitis, tromboflebitis, venas varicosas, etc.)
- Marcapasos, otros implantes o prótesis metálicas en el cuerpo
- Enfermedades cancerosas
- Enfermedades cardiovasculares (por ejemplo, arritmias o miocardiopatías)
- Epilepsia
- Problemas de hemorragia arterial o tendencia a la hemorragia
- Hernia abdominal o inguinal
- Embarazo
- Contracciones
- Enfermedades agudas y fiebre
- Dolores de procedencia desconocida

- Utilice el dispositivo sólo conforme a su uso previsto y siguiendo el manual de instrucciones, alrededor del abdomen. Si lo emplea en otras partes del cuerpo como, por ejemplo, los ojos, la garganta, los genitales etc. existe riesgo de lesiones graves.
- No use piezas adicionales que no hayan sido recomendadas por el fabricante.
- Evite el contacto con objetos puntiagudos o filosos. La garantía pierde validez en caso de usar el aparato para fines distintos a los señalados.
- Este aparato no está concebido para ser utilizado por personas (niños incluidos) con capacidad física, sensorial o psíquica disminuida o que no tengan la experiencia ni los conocimientos necesarios para usarlo, a no ser que sean vigilados por una persona responsable de su seguridad que les dé instrucciones de cómo manejarlo.
- En caso de desperfecto, no trate de repararlo usted mismo. En caso de hacerlo, no sólo pierde toda validez la garantía sino que pueden sucitarse serios peligros (incendio, descarga eléctrica, lesión). Mande reparar el aparato a los centros de servicio autorizados.
- No utilice el aparato nunca en la bañera o en la ducha. Si entrara agua en el aparato, retire las pilas inmediatamente y no utilice el aparato más. Póngase en contacto con su proveedor o con nuestro centro de servicio técnico.
- En caso de estar enfermo de diabetes, o padecer alguna otra enfermedad, debe consultar a su médico antes de emplear el aparato.
- Las personas con hipersensibilidad, sólo podrán emplear el dispositivo conforme a las indicaciones de un médico.

- El uso del aparato debe producir una sensación agradable. En caso de experimentar dolor o una sensación desagradable, interrumpa el tratamiento y consulte a su médico.
- El tratamiento con el **MEDISANA BOB** no sustituye en ningún caso al diagnóstico y tratamiento médicos. Antes de utilizar el aparato consulte a su médico o farmacéutico ante cualquier cuadro de dolor o enfermedad.
- Está prohibido utilizar el aparato durante el manejo de máquinas o durante la conducción.
- Si el dispositivo presenta daños en la carcasa, el cinturón, los electrodos o el indicador LCD, envíelo para su reparación a un distribuidor especializado o directamente al centro de servicio **MEDISANA**.
- El dispositivo está destinado a un uso privado, en lugar de a un uso médico o comercial.
- El dispositivo no se puede utilizar en el entorno de otros dispositivos con una fuerte radiación eléctrica como, por ejemplo, radiotransmisores, microondas o teléfonos móviles. Estos pueden influir en el funcionamiento (ver "Compatibilidad electromagnética").
- No emplee el dispositivo cerca de fuentes de calor, materiales ni gases inflamables o explosivos.
- El dispositivo no se puede emplear en espacios con oxígeno purificado o aerosoles (por ejemplo, sprays).
- Antes del empleo, deberá quitarse las joyas o piercings (por ejemplo, piercing en la barriga). Existe riesgo de quemaduras.
- El dispositivo no es adecuado para un empleo simultáneo con otros dispositivos que conduzcan impulsos eléctricos al cuerpo (por ejemplo, dispositivos TENS).

Advertencias sobre los electrodos

- No aplicar los electrodos nunca sobre heridas abiertas.
- El dispositivo no puede entrar en contacto con la humedad. Retire los electrodos antes de ducharse, bañarse o nadar.
- Si aparecen irritaciones de la piel en los puntos de aplicación del electrodo interrumpa el tratamiento inmediatamente y consulte a su médico.

2 Informaciones interesantes

¡Muchas gracias!

Muchas gracias por su confianza y felicitaciones.
Con el **estimulador abdominal MEDISANA BOB** ha adquirido un producto de calidad de **MEDISANA**. Para que logre el éxito deseado y disfrute de su **estimulador abdominal MEDISANA BOB**, le recomendamos que lea las siguientes indicaciones de uso y conservación.

2.1 Volumen de suministros y embalaje

Compruebe primero si el aparato está completo y si no presenta daño alguno. En caso de dudas, no ponga el aparato en funcionamiento y envíelo a un punto de atención al cliente. El volumen de entrega comprende:

- 1 **MEDISANA estimulador abdominal BOB**
- 3 Pilas (tipo AAA, LR03) 1,5V
- 1 Instrucciones de manejo

El embalaje es reutilizable o puede reciclarse. Deshágase del material de embalaje que no se necesite, siguiendo las normas pertinentes. Si al desembalar observara algún daño causado durante el transporte, póngase inmediatamente en contacto con el comerciante.



ADVERTENCIA
¡Asegúrese de que los plásticos de embalaje no caigan en manos de niños! ¡Existe el peligro de asfixia!

2.2 Funcionamiento del dispositivo

El **estimulador abdominal MEDISANA BOB** trabaja conforme al principio de estimulación muscular eléctrica (EMS). Mediante impulsos de electrodos suaves, sin cargar los tendones ni las articulaciones, se activan los músculos abdominales del cuerpo. Provoca pequeñas contracciones musculares que activan la musculatura de forma "pasiva" (= sin movimientos propios). Esto puede ser útil, por ejemplo, después de operaciones para fortalecer la musculatura, en caso de músculos abdominales tensos o que hayan recibido un entrenamiento unilateral o incorrecto o para calentar antes de hacer deporte. Este tipo de estimulación muscular lo emplean desde hace años atletas profesionales, deportistas ambiciosos y se emplea también en la rehabilitación para fortalecer el cuerpo, reducir el riesgo de lesiones y conservar la movilidad. La compensación de los desbalances musculares y el estiramiento de la piel aportan un aspecto externo más atractivo.

2.3 Colocación/ cambio de las baterías

Asegúrese de que el dispositivo esté desconectado. Saque la unidad indicadora del soporte ⓭ . Lo más sencillo es sacar la unidad indicadora presionando ligeramente en la parte posterior del cinturón y mover el soporte ⓭ hacia arriba. Desplace la tapa del compartimento de pilas ❺ en la parte posterior de la unidad indicadora en la dirección de la flecha hacia abajo y coloque las pilas suministradas (3 pilas tipo AAA, LR03 1,5V) conforme a la marca de polaridad del compartimento. Cierre el compartimento de pilas volviendo a colocar la tapa ❺ hasta que encaje. Coloque la unidad indicadora de nuevo en el soporte ⓭ hasta que los conectores magnéticos de los electrodos ❷ se “peguen” correctamente a los conectores de los electrodos del cinturón abdominal ⓬ .
Cambie las baterías cuando aparezca en la pantalla el símbolo de cambio de batería ❼ tras conectar el dispositivo. Emplee al cambiar las pilas sólo pilas del mismo tipo (AAA, LR03 1,5V).



ADVERTENCIA
ADVERTENCIAS DE SEGURIDAD SOBRE LAS PILAS

- **¡No desmonte las baterías!**
- **¡Retire inmediatamente las baterías descargadas!**
- **¡Peligro elevado de fuga del líquido; evite el contacto con la piel, los ojos y las mucosas! ¡En caso de contacto con el ácido de las baterías, lave inmediatamente las zonas afectadas con agua limpia y abundante y vaya de inmediato al médico!**
- **¡En el caso de que alguien se tragara una batería, habría que ir inmediatamente al médico!**
- **¡Cambie siempre todas las baterías al mismo tiempo!**
- **¡Utilice solo baterías del mismo tipo, no use tipos diferentes o mezcle baterías viejas y nuevas!**
- **¡Coloque las pilas de forma correcta teniendo en cuenta la polaridad!**
- **¡Retire las baterías del aparato, si no lo va a utilizar durante un tiempo!**
- **¡Mantenga las baterías fuera del alcance de los niños!**
- **¡No vuelva a cargar las baterías! ¡Peligro de explosión!**
- **¡No las ponga en cortocircuito! ¡Peligro de explosión!**
- **¡No las tire al fuego! ¡Peligro de explosión!**
- **¡No tire las baterías usadas ni los acus en la basura doméstica sino en la basura especial o en el recogedor de baterías de los comercios especializados!**

3.1 Colocación del cinturón abdominal

Asegúrese de que el **estimulador abdominal MEDISANA BOB** esté limpio y seco antes de colocar el cinturón. La piel debe estar seca y sin crema o similares para lograr los resultados óptimos.



Coloque el cinturón abdominal en la cintura de forma que los electrodos queden en el abdomen (con el ombligo en el centro). Cierre el cierre de velcro. El cinturón es de un material flexible adecuado, para diferentes diámetros de cintura. El cinturón debe estar bien colocado para garantizar un buen contacto entre los electrodos y la piel, y no puede apretar demasiado. El cinturón sólo es adecuado para su uso en el abdomen.



ADVERTENCIA

- **Antes de colocar el cinturón, asegúrese de que el dispositivo esté desconectado.**
- **Emplee el cinturón sólo de la forma indicada y colocado en la cintura. Si lo utiliza en otras partes del cuerpo pueden producirse lesiones.**
- **Antes de colocar el cinturón, desconéctelo.**

3.2 Empleo

Pulse el botón ON/Aumentar intensidad ▲❸ para conectar el dispositivo. Se escucharán dos pitidos breves y aparecerá en el indicador LCD ❶ el último número de programa y la duración correspondiente del programa, por ejemplo:



Seleccione ahora un programa pulsando el botón OFF/Reducir intensidad ▼ / Selección de programa ❹ . Están disponibles los siguientes programas:

Programa N.º	Total duración(min.)	Impulsos (µsec)	Parte inferior Períodos	Frecuencia (Hz)
1	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	45
			9 Min.	60
			2 Min.	30
2	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	60
			9 Min.	80
			2 Min.	30

Continuación-->

<table>
<tr><th>Programa N.º</th><th>Total duración(min.)</th><th>Impulsos (µsec)</th><th>Parte inferior Períodos</th><th colspan="2">Frecuencia (Hz)</th></tr>
<tr><td rowspan="3">3</td><td rowspan="3">22</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>18 Min.</td><td colspan="2">45</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">4</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>27 Min.</td><td colspan="2">60</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">5</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>27 Min.</td><td colspan="2">80</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">6</td><td rowspan="3">25</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">6</td></tr>
<tr><td>20 Min.</td><td>45</td><td>4</td></tr>
<tr><td>3 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td rowspan="3">7</td><td rowspan="3">32</td><td rowspan="3">200</td><td>5 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td>17 Min.</td><td>50</td><td>9</td></tr>
<tr><td>10 Min.</td><td colspan="2">3</td></tr>
<tr><td rowspan="3">8</td><td rowspan="3">34</td><td rowspan="3">200</td><td>5 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td>19 Min.</td><td>50</td><td>9</td></tr>
<tr><td>10 Min.</td><td colspan="2">3</td></tr>
<tr><td>9</td><td>20</td><td>180</td><td>20 Min.</td><td colspan="2">80</td></tr>
<tr><td>10</td><td>20</td><td>150</td><td>20 Min.</td><td colspan="2">100</td></tr>
</table>

Los programas se diferencian por la frecuencia y la duración de los impulsos de entrenamiento. La duración total de un programa se subdividirá en períodos de diferente duración con frecuencias de corriente de simulación distintas. El rango de frecuencias bajas (aprox. de 2 Hz a 40 Hz) es más adecuado para soltar los músculos y las frecuencias altas sirven para estimular los músculos. Los impulsos indican la duración del flujo de impulsos de corriente durante la aplicación. Cuanto mayores sean los impulsos, más fuerte será la estimulación de los músculos. Los impulsos bajos son, por tanto, más adecuados para calentar y soltar los músculos. Al igual que en un entrenamiento físico con pesas, en cada entrenamiento es aconsejable alternar entre fases de estimulación muscular y de relajación. Esto mejora la musculatura y permite una planificación efectiva del entrenamiento. En los 10 programas seleccionables se prevén diferentes frecuencias y períodos que se reproducen automáticamente en el dispositivo. La intensidad durante el empleo del **estimulador abdominal MEDISANA BOB** se puede ajustar además en 25 niveles de forma manual (ver *"3.3 Ajuste de la intensidad"*). Los 10 programas se pueden completar en varias semanas. Empezará la primera semana con el programa 1 en un nivel de intensidad bajo y deberá mejorar lentamente la intensidad del entrenamiento conforme se vaya fortaleciendo la musculatura y cambiar a un programa más alto. Como cabe esperar, el programa y la intensidad se pueden seleccionar evaluando de forma personal su estado de forma. Tenga en cuenta que, al principio, no deberá utilizar el dispositivo más de una vez al día. A partir de la segunda semana podrá aumentar la frecuencia de uso, dejando un mínimo de 5 horas de descanso entre

los entrenamientos.

Tras seleccionar un programa, vuelva a pulsar el botón ON/Aumentar ▲ intensidad ❸ para iniciar el uso.



NOTA

El dispositivo comienza a emitir impulsos de corriente sólo cuando el contacto corporal es correcto. Si no es así, se escuchará un pitido largo y el dispositivo volverá al modo de selección de programa. En este caso, compruebe que el cinturón abdominal esté bien colocado.

El tiempo mostrado para la duración del programa sólo cuenta hacia abajo (Countdown) hasta 0. Durante el empleo, sentirá un ligero cosquilleo. Al aumentar la intensidad, sentirá contracciones en los músculos del abdomen, que tras unos segundos se volverán a relajar. Una vez transcurrido el tiempo, se escucharán dos señales (pitido breve y largo) y se detendrá la emisión de los impulsos de corriente. Podrá detener también manualmente la aplicación pulsando el botón OFF/Reducir intensidad ▼ / Selección de programa – Botón ❹ hasta que el dispositivo se desconecte con dos pitidos o pulsando varias veces el botón hasta que la intensidad llegue al nivel más bajo (1). Posteriormente, al pulsar de nuevo la tecla se interrumpirá la emisión de impulsos de corriente.

3.3 Ajuste de la intensidad

Durante la aplicación, puede ajustar 25 niveles de intensidad con los botones ▲❸ y ▼❹ . Puede disminuir la intensidad en cualquier momento con el botón ▼❹ . Cuando llegue al nivel más bajo (1) y pulse de nuevo el botón ▼❹ se desconectará la emisión de impulsos de corriente en el dispositivo. Al pulsar el botón ▲ ❸ aumenta la intensidad en un nivel (máx. hasta 25). Para evitar un aumento de la intensidad inadvertido, el dispositivo activa el bloqueo del teclado tras aprox. 5 segundos sin tocar ningún botón. En este momento se apaga la iluminación de la pantalla y aparece el símbolo ⊶ ❻ en el indicador LCD ❶. Para desbloquear el teclado deberá pulsar el botón ▼ ❹, que reduce al mismo tiempo la intensidad 1 nivel (o desconecta la emisión de impulsos de corriente si se encuentra ya en el nivel 1). Sólo se puede aumentar la intensidad si no está activado el bloqueo del teclado. Aumente siempre la intensidad a un nivel que le resulte cómodo.



ADVERTENCIA

Si el empleo del dispositivo le resulta incómodo, reduzca la intensidad. Si el empleo sigue resultando desagradable, duele o le pica la piel, interrumpa la aplicación inmediatamente y consulte a un médico.

3.4 Desconexión automática

Si en el modo de selección de programa no se pulsa ninguna tecla durante aprox. 2 minutos, se desconecta automáticamente el dispositivo. Durante el empleo en la piel, el dispositivo comprueba en todo momento si el contacto con la piel sigue siendo suficiente. En caso contrario, se finaliza automáticamente la emisión de corriente y el dispositivo queda en el modo de selección de programa.

4 Generalidades

4.1 Limpieza y cuidado

- Retire las baterías.
- No use nunca productos de limpieza agresivos o cepillos de cerdas gruesas.
- Limpie el aparato con un trapo suave ligeramente humedecido con una lejía de jabón suave. Nunca sumerja en agua el aparato y evite que le entre agua. No use el aparato nuevamente sino hasta que esté completamente seco.
- Compruebe antes de cada empleo, que ambas piezas de electrodos redondas en la parte posterior del cinturón estén limpias y que no presenten daños. No emplee el dispositivo en caso de duda y póngase en contacto con el punto de servicio.
- *Controles técnicos de seguridad (sólo para un empleo industrial):* El fabricante ha ajustado el dispositivo para un empleo durante dos años. Los controles técnicos de seguridad se deben realizar cada dos años en caso de un empleo industrial.

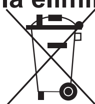


ATENCIÓN

No podrá entrar agua en el interior del dispositivo

- Almacene el dispositivo en un sitio frío y seco.

4.2 Indicaciones para la eliminación



Este aparato no se debe eliminar por medio de la recogida de basuras doméstica. Todos los usuarios están obligados a entregar todos los aparatos eléctricos o electrónicos, independientemente de si contienen substancias dañinas o no, en un punto de recogida de su ciudad o en el comercio especializado, para que puedan ser eliminados sin dañar el medio ambiente. Retire las pilas antes de deshacerse del aparato. No arroje las pilas usadas a la basura sino al contenedor de residuos especiales, o deposítelas en los recolectores de pilas de los comercios especializados. Para más información sobre cómo deshacerse de su aparato, diríjase a su ayuntamiento o a su establecimiento especializado.

4.3 Directrices / normas

Este dispositivo cumple las disposiciones de las normas UE sobre dispositivos de estimulación de los músculos y los nervios. Está certificado conforme a las directivas CE y cuenta con la marca CE (etiqueta de conformidad) “CE 0297“. El dispositivo EMS cumple las normativas europeas EN 60601-1, EN 60601-1-2 y EN 60601-2-10. Se cumplen las disposiciones de la directiva UE “93/42/CEE del 14 de junio de 1993 sobre productos médicos“.
Compatibilidad electromagnética:
El aparato cumple las exigencias de la norma EN 60601-1-2 de compatibilidad electromagnética. Detalles sobre las mediciones las puede leer en la página web de **MEDISANA: www.medisana.com.**

4.4 Datos técnicos

Denominación y modelo:	**MEDISANA Estimulador abdominal BOB**
Alimentación:	3 x Pilas (tipo AAA, LR03) 1,5V
Canales:	1
Curva:	Rectangular de dos fases
Impulsos:	150 - 200 µs
Frecuencia:	3 Hz ~ 100 Hz
Potencia de salida:	0 - 45V (con una carga de 500 ohmios), regulable
Tiempo de aplicación:	De 20 a 34 minutos máx.
Condiciones de funcionamiento:	5°C a 40°C, 30% a 75% rhumedad del aire realtiva
Condiciones de almacenamiento:	-10°C a 50°C, 20% a 93% rhumedad del aire realtiva
Medidad approx.:	110 x 14,4 x 2,2 cm
Peso approx.:	230 g
N° de articolo:	88320
EAN-N°:	40 15588 88320 0

CE 0297

Con vistas a mejoras de la calidad del producto, nos reservamos el derecho de introducir modificaciones técnicas y de diseño.

Condiciones de garantía y reparación

Le rogamos consulte con su distribuidor especializado o directamente con el centro de servicio técnico en caso de una reclamación. Si tuviera que remitirnos el dispositivo, le rogamos indique el defecto y adjunte una copia del recibo de compra.
En este caso, se aplicarán las siguientes condiciones de garantía:

1. Con relación a los productos de **MEDISANA**, se ofrece una garantía por un período de 3 años a partir de la fecha de compra. En caso de una reclamación, la fecha de compra debe probarse mediante el recibo de compra o la factura.

2. Los defectos de material o de fabricación se eliminarán de forma gratuita dentro del período de garantía.

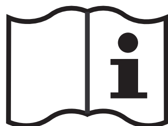
3. La aplicación de la garantía no conlleva una extensión del período de garantía, ni con respecto al dispositivo ni con respecto a los componentes sustituidos.

4. Esta garantía no cubre:
- **a.** todos los daños causados por abuso, por ej. por incumplimiento del manual de uso;
- **b.** los daños debidos a reparaciones o intervenciones por parte del comprador o terceros no autorizados;
- **c.** los daños de transporte causados durante el transporte del domicilio del fabricante al consumidor o durante el envío al servicio técnico;
- **d.** accesorios sometidos a un desgaste normal.

5. Se excluye cualquier responsabilidad por los daños directos o indirectos causados por el dispositivo, aunque el daño en el dispositivo haya sido considerado como una reclamación justificada.


MEDISANA AG
Jagenbergstraße 19
41468 NEUSS
Alemania
eMail: info@medisana.de
Internet: www.medisana.de

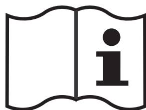
Encontrará la dirección de nuestra asistencia técnica en la hoja anexa.



NOTAS IMPORTANTES! GUARDAR SEM FALTA!

Antes de utilizar o aparelho, leia atentamente o manual de instruções, em especial as indicações de segurança e guarde-o para uma utilização posterior. Se entregar o aparelho a terceiros, faculte também este manual de instruções.

Descrição dos símbolos



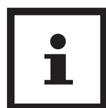
Este manual de instruções pertence a este aparelho. Ele contém informações importantes para a colocação em funcionamento e a operação. Leia completamente este manual de instruções. O incumprimento destas instruções pode causar lesões graves ou danos no aparelho.



AVISO
Estas indicações de aviso têm de ser cumpridas para evitar possíveis lesões do utilizador.



ATENÇÃO
Estas indicações têm de ser cumpridas para evitar possíveis danos no aparelho.



NOTA
Estas notas fornecem informações adicionais úteis para a instalação ou a operação.



Classificação do aparelho: Tipo BF



Número de lote



Fabricante



Data de produção



1.1 Avisos de segurança

Finalidade:
Este aparelho destina-se a ser utilizado exclusivamente por adultos saudáveis. Trata-se de um aparelho de electroestimulação dos músculos abdominais, desenvolvido especificamente com os seguintes objectivos:
- Aumento da circulação sanguínea na zona de aplicação
- Relaxamento dos músculos abdominais contraídos
- Recuperação dos músculos abdominais
- Manutenção ou desenvolvimento da mobilidade

Contra-indicações:
Este aparelho não é adequado para crianças. Para além disso, o aparelho não pode ser utilizado em caso de:
- inchaços, inflamações, queimaduras, feridas, eczemas ou locais sensíveis na zona de aplicação (p. ex., flebite, tromboflebite, varizes, etc.)
- presença de "pacemakers", outros implantes ou próteses metálicas no corpo
- doenças cancerosas
- anomalias ou doenças cardíacas (p. ex., arritmias ou lesões no miocárdio)
- epilepsia
- problemas de circulação arterial ou diátese hemorrágica
- hérnias abdominais ou inguinais
- gravidez
- dores de parto
- doenças agudas e/ou febre
- dores de origem desconhecida

- Utilize o aparelho apenas para o fim para o qual foi desenvolvido e de acordo com as instruções de utilização, colocado à volta do abdómen. Uma utilização noutras partes do corpo, como, p. ex., nos olhos, pescoço, genitais, etc., é perigosa e pode causar ferimentos graves.
- Não utilize acessórios que não tenham sido recomendados pelo fabricante.
- Evite o contacto com objectos aguçados ou afiados. Em caso de utilização para outros fins, expira o direito à garantia.
- Este aparelho não é adequado para ser utilizado por pessoas (incluindo crianças) com capacidades físicas, sensoriais ou psíquicas limitadas ou falta de experiência e/ou conhecimentos, a não ser que sejam vigiadas por uma pessoa responsável pela sua segurança ou que tenham recebido instruções como utilizar a máquina.
- Em caso de falhas, não repare o aparelho pessoalmente. Além de expirar qualquer direito a garantia, poderão ocorrer perigos graves (fogo, choque eléctrico, ferimentos). Envie o aparelho apenas para os centros de assistência autorizados para ser reparado.
- Não utilize o aparelho enquanto estiver na banheira ou no duche. Se, no entanto, alguma vez penetrar líquido no aparelho, as pilhas devem ser removidas imediatamente e evitadas quaisquer outras utilizações. Entre em contacto com o revendedor especializado ou o nosso centro de assistência.
- No caso de diabetes ou outras doenças, consulte o seu médico de família antes de utilizar o aparelho.
- Pessoas cuja sensibilidade esteja perturbada ou afectada só podem utilizar o aparelho mediante as instruções de um médico.

- O tratamento deve ser agradável. Se sentir dores ou se a aplicação for desagradável, interrompa o tratamento e consulte o seu médico.
- As terapias com o **BOB MEDISANA** não substituem os diagnósticos ou tratamentos médicos. Consulte o seu médico em caso de qualquer dor ou doença, antes de utilizar o aparelho.
- Durante a operação de uma máquina ou a condução de veículos, não é permitida a utilização do aparelho.
- Caso o aparelho apresente danos visíveis na caixa, no cinto, nos eléctrodos ou no mostrador LCD, envie o mesmo ao seu revendedor, para efeitos de reparação, ou directamente ao centro de assistência **MEDISANA**.
- O aparelho destina-se ao uso próprio e não ao uso médico ou comercial.
- O aparelho não pode ser utilizado nas proximidades de equipamentos que emitam uma forte radiação eléctrica, como, p.ex., aparelhos emissores de rádio, microondas ou telemóveis. Caso contrário, o seu funcionamento pode ser afectado (consultar "Compatibilidade electromagnética").
- Não utilize o aparelho junto de fontes de calor, materiais ou gases inflamáveis ou explosivos.
- O aparelho não pode ser utilizado em espaços com presença de oxigénio puro ou aerossóis (p. ex., de latas de spray).
- Eventuais jóias ou piercings (p. ex., no umbigo) devem ser removidos antes da utilização do aparelho. Existe o risco de queimaduras!
- O aparelho não é apropriado para uma utilização simultânea com outros aparelhos que transmitam impulsos eléctricos ao seu corpo (p. ex., aparelhos TENS).

Indicações relativas aos eléctrodos

- Os eléctrodos não devem ser aplicados sob carne viva.
- O aparelho não pode entrar em contacto com humidade. Retire os eléctrodos antes de tomar um duche, um banho ou de nadar.
- Se ocorrerem irritações de pele, interrompa o tratamento e contacte um médico.

2 Informações gerais

Muito obrigada

Obrigado pela sua confiança e parabéns!
Ao comprar o aparelho de electroestimulação dos músculos abdominais **BOB**, adquiriu um produto de qualidade da **MEDISANA**. Para que obtenha o êxito pretendido e fique satisfeito, durante muito tempo, com o seu aparelho de electroestimulação dos músculos abdominais **BOB** da **MEDISANA**, recomendamos-lhe que leia atentamente as indicações seguintes relativamente ao uso e conservação do aparelho.

2.1 Material fornecido e embalagem

Por favor, em primeiro lugar, verifique se o aparelho está completo e não apresenta qualquer dano. Em caso de dúvida, não coloque o aparelho em funcionamento e envie-o para um centro de assistência. Do volume de fornecimento fazem parte:

- 1 **MEDISANA** Aparelho de electroestimulação dos músculos abdominais **BOB**
- 3 Pilhas (tipo AAA, LR03) 1,5V
- 1 Manual de instruções

As embalagens podem ser reutilizadas ou podem ser eliminadas através da reciclagem. Por favor, elimine adequadamente o material da embalagem não necessário. Se, durante o desembalamento, verificar danos devido ao transporte, por favor, entre imediatamente em contacto com o seu revendedor.



AVISO
Tenha atenção para que as películas da embalagem não se tornem brincadeiras para crianças. Existe perigo de asfixia!

2.2 Modo de funcionamento do aparelho

O **aparelho de electroestimulação dos músculos abdominais BOB da MEDISANA** funciona segundo o princípio da electroestimulação muscular (EMS). Os músculos abdominais são estimulados por impulsos eléctricos suaves, sem que os tendões e as articulações sejam afectados. Isto provoca ligeiras contracções musculares, que podem estimular a musculatura de forma "passiva" (= sem realização espontânea de movimentos). Isto pode revelar-se útil, p. ex., após operações, para combater a atonia muscular, no caso de músculos abdominais contraídos, treinados apenas de um lado ou de forma incorrecta, ou para efeitos de aquecimento antes da realização de actividade desportiva. Este tipo de estimulação das fibras musculares é utilizado, já há muitos anos, por atletas profissionais e desportistas ambiciosos, bem como em processos de reabilitação, para aumentar a capacidade de resposta do corpo, reduzir o risco de lesões e conservar a mobilidade. A compensação de desequilíbrios musculares e o esticamento da pele conduzem, além disso, a uma aparência mais atractiva.

2.3 Colocar/ substituir as pilhas

Certifique-se de que o aparelho está desligado. Retire o mostrador do encaixe ⓭ . A forma mais fácil de o fazer é pressionando ligeiramente a parte de trás do mostrador, afastando-o do cinto, e, em seguida, movendo-o para cima, para fora do encaixe ⓭ . Empurre a tampa do compartimento das pilhas ❺, na parte de trás do mostrador, para baixo, no sentido da seta, e insira as pilhas fornecidas juntamente (3 pilhas do tipo AAA, LR03 1,5V) no respectivo compartimento, de acordo com a indicação de polaridade. Feche o compartimento das pilhas, voltando a empurrar a tampa do compartimento das pilhas ❺ , até ela engatar. Volte a colocar o mostrador no encaixe ⓭ , de modo a que os eléctrodos magnéticos ❷ e os eléctrodos do cinto abdominal ⓬ engatem perfeitamente uns nos outros. Troque as pilhas quando surgir no mostrador o símbolo de troca de pilhas ❼ ou se nada aparecer no mostrador, depois de se ligar o aparelho. Ao trocar as pilhas, utilizar sempre pilhas do mesmo tipo (AAA, LR03 1,5V).



AVISO
INDICAÇÕES DE SEGURANÇA SOBRE AS PILHAS

- **Não abra as pilhas!**
- **Remova imediatamente as pilhas gastas do aparelho!**
- **Elevado perigo de pilhas babadas, evite o contacto com a pele, olhos e mucosas! No caso de contacto com ácido das pilhas, lave o local com água potável abundante e consulte imediatamente um médico!**
- **Se a pilha foi engolida, consulte imediatamente um médico!**
- **Troque todas as pilhas em conjunto!**
- **Utilize pilhas do mesmo tipo, não utilize pilhas de diferentes tipos ou pilhas novas e gastas umas com as outras!**
- **Coloque correctamente as pilhas, atenção à polaridade!**
- **No caso de não utilização prolongada, remova as pilhas do aparelho!**
- **Mantenha as pilhas afastadas das crianças!**
- **Não volte a carregar as pilhas! Existe perigo de explosão!**
- **Não conecte as pilhas em curto-circuito! Existe perigo de explosão!**
- **Não coloque as pilhas no fogo! Existe perigo de explosão!**
- **Não elimine as pilhas ou as pilhas recarregáveis vazias através do lixo doméstico, mas entregue-as nos postos de recolha especiais para pilhas ou coloque-as no pilhão!**

3.1 Colocação do cinto abdominal

Certifique-se de que o **aparelho de electroestimulação dos músculos BOB da MEDISANA** está limpo e seco, antes de colocar o cinto abdominal. Para alcançar os resultados perfeitos, a pele deverá estar livre de humidade, cremes ou semelhantes.



Coloque o cinto à volta da cintura, de modo a que os eléctrodos fiquem ajustados ao abdómen (com o umbigo, aproximadamente, no meio). Feche o fecho de velcro. O cinto é composto por um material flexível, que se adapta a cinturas de diferentes perímetros. É fundamental que o cinto fique bem ajustado ao corpo, por forma a assegurar um bom contacto entre os eléctrodos e a pele, mas sem apertar demasiado. O cinto destina-se exclusivamente para uma utilização em torno do abdómen.



AVISO

- **Antes de colocar o cinto abdominal, certifique-se de que o aparelho está desligado!**
- **Aplique o cinto abdominal apenas do modo descrito, à volta da cintura. Uma utilização noutras partes do corpo pode causar lesões graves!**
- **Antes de retirar o cinto, desligue o aparelho!**

3.2 Aplicação

Prima a tecla Ligar / Aumentar ▲ intensidade ❸ , para ligar o aparelho. Soam dois sinais breves e no mostrador LCD ❶ aparece o número do último programa concluído e a respectiva duração do programa, p. ex.:



Seleccione agora um programa, premindo a tecla Desligar / Baixar ▼ intensidade / Selecção de programas ❹ . Estão disponíveis os seguintes programas:

N.º do programa	Duração total (min.)	Largura do impulso(μsec)	Períodos subdivididos	Frequência (Hz)
1	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	45
			9 Min.	60
			2 Min.	30
2	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	60
			9 Min.	80
			2 Min.	30

Continuação-->

N.º do programa	Duração total (min.)	Largura do impulso(µsec)	Períodos subdividos	Frequência (Hz)
3	**22**	**200**	2 Min.	30
			18 Min.	45
			2 Min.	30
4	**31**	**200**	2 Min.	30
			27 Min.	60
			2 Min.	30
5	**31**	**200**	2 Min.	30
			27 Min.	80
			2 Min.	30
6	**25**	**200**	2 Min.	6
			20 Min.	45 4
			3 Min.	5
7	**32**	**200**	5 Min.	5
			17 Min.	50 9
			10 Min.	3
8	**34**	**200**	5 Min.	5
			19 Min.	50 9
			10 Min.	3
9	**20**	**180**	20 Min.	80
10	**20**	**150**	20 Min.	100

Os programas distinguem-se em termos de frequência e duração de cada um dos impulsos de treino. A duração total de um programa subdivide-se em períodos de duração distinta, com frequências de corrente de estimulação bem sincronizadas.
Assim, as faixas de frequências mais baixas (aprox. 2 Hz a 40 Hz) são mais apropriadas para o relaxamento muscular, enquanto as frequências mais altas destinam-se à estimulação dos músculos. A largura do impulso indica a duração do fluxo de impulsos da corrente durante a aplicação. Quanto maior for a largura do impulso, mais forte é a estimulação das fibras musculares. As larguras de impulsos mais reduzidas adequam-se, por isso, preferencialmente, às fases de aquecimento ou relaxamento suave. Tal como também sucede num treino físico de força com pesos, é conveniente alternar, em cada treino, entre a estimulação muscular e uma fase de relaxamento objectiva. Isto preserva a musculatura, permitindo, além disso, um programa de treino mais eficaz. Assim, nos 10 programas opcionais estão predefinidos diferentes frequências e períodos para a aplicação, que o aparelho executa automaticamente.
Para além disso, é possível ajustar manualmente a intensidade, durante a utilização do **aparelho de electroestimulação dos músculos abdominais BOB da MEDISANA**, em 25 níveis (consultar "3.3 Ajuste da intensidade"). Poderá concluir os 10 programas em várias semanas. Começa, na primeira semana, com o programa 1 num nível de intensidade baixo, e, com a crescente capacidade dos seus músculos abdominais, vai aumentando lentamente a intensidade do treino, passando para programas mais avançados. Naturalmente, poderá também seleccionar o programa e a intensidade do treino de acordo com a sua

percepção pessoal e o seu estado de aptidão física. Tenha em atenção que, inicialmente, o aparelho não deverá ser utilizado mais do que uma vez por dia.
A partir da 2.ª semana, poderá também aumentar a frequência de utilização, desde que respeite um intervalo mínimo de 5 horas entre cada uma das unidades de treino.

Depois de seleccionado um programa, prima novamente a tecla Ligar / Aumentar ▲ intensidade ❸ , para iniciar a utilização.



NOTA

O aparelho só inicia a emissão de impulsos de corrente, quando existe um contacto correcto com o corpo. Se isso não estiver assegurado, soa um sinal mais prolongado e o aparelho regressa ao modo de selecção de programas. Neste caso, verifique se colocou correctamente o cinto abdominal.

A contagem do tempo indicado para a duração do programa é agora efectuada de forma decrescente (countdown), até 0. Durante a utilização poderá, eventualmente, sentir um ligeiro formigueiro. Com o aumento da intensidade, sentirá contracções dos músculos abdominais, que, após alguns segundos, voltam a descontrair-se de uma forma suave. Decorrido o tempo indicado, soam dois sinais (um breve, outro mais prolongado) e a emissão de impulsos de corrente é parada. Poderá também interromper manualmente a aplicação, premindo a tecla Desligar / Baixar intensidade ▼ / Selecção de programas ❹ e mantendo-a premida, até que o aparelho se desligue com dois sinais de toque, ou premindo várias vezes a tecla, até a intensidade estar no nível mais baixo. Depois disso, um novo accionamento da tecla provoca uma paragem da emissão de impulsos de corrente.

3.3 Ajuste da intensidade

Durante a utilização, poderá ajustar a intensidade em 25 níveis, através das teclas▲❸ e ▼❹. A tecla ▼❹ permite diminuir a intensidade a qualquer momento. Caso tenha alcançado o nível mais baixo (1) e premido novamente a tecla▼❹, o aparelho desactiva a emissão de impulsos de corrente. Ao premir a tecla▲❸, aumenta a intensidade em respectivamente 1 nível (no máx. até 25). Para impedir um aumento involuntário da intensidade, o aparelho activa o bloqueio de teclas, após aprox. 5 segundos sem qualquer accionamento de tecla. Neste instante, a iluminação do mostrador apaga-se e o símbolo ⊶ ❻ aparece no mostrador LCD ❶. Para desactivar o bloqueio de teclas, é necessário premir a tecla ▼❹ que, simultaneamente, reduz a intensidade em 1 nível (ou desactiva a emissão de impulsos de corrente, caso o nível 1 já esteja pré-ajustado). Só é possível aumentar o nível de intensidade quando o bloqueio de teclas não está activado.
Ajuste sempre um nível de intensidade que ainda lhe permita sentir-se confortável.



AVISO

Caso a utilização se torne desconfortável, baixe o nível de intensidade. Se a sensação de desconforto se mantiver ou se sentir dores ou prurido na pele, interrompa, de imediato, a utilização e consulte o seu médico.

3.4 Desactivação automática

Se, no modo de selecção de programas, nenhuma tecla for accionado durante aprox. 2 minutos, o aparelho desliga-se automaticamente.
Durante a aplicação na pele, o aparelho verifica permanentemente se ainda existe contacto suficiente com a pele. Se não for esse o caso, a emissão de impulsos de corrente é terminada automaticamente e o aparelho regressa ao modo de selecção de programas.

4 Generalidades

4.1 Limpeza e conservação

- Antes de limpar o aparelho, remova as pilhas.
- Nunca utilize agentes de limpeza agressivos ou escovas fortes.
- Limpe o aparelho com um pano macio e ligeiramente humedecido com detergente suave. Para limpar o aparelho, nunca coloque o aparelho dentro de água e tenha cuidado para que não penetre água no aparelho. Volte a utilizar o aparelho apenas quando este estiver completamente seco.
- Antes de cada utilização, verifique se ambos os eléctrodos redondos na parte de trás do cinto estão isentos de sujidade e não apresentam quaisquer danos. Caso tenha dúvidas, não utilize o aparelho e contacte o Centro de Assistência.
- *Controlo técnico de segurança (válido para o uso comercial):*
  O aparelho foi configurado pelo fabricante para um período de utilização de dois anos. Em caso de uso comercial, o controlo técnico de segurança deverá ser realizado, no máximo, de dois em dois anos.

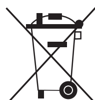


ATENÇÃO

Não pode entrar água no interior do aparelho!

- Guarde o aparelho num local seco e frio.

4.2 Indicações sobre a eliminação



Este aparelho não pode ser eliminado em conjunto com o lixo doméstico. Cada consumidor tem o dever de entregar qualquer aparelho eléctrico ou electrónico com ou sem substâncias nocivas nos postos de recolha públicos da sua cidade ou no seu revendedor especializado, para que possam ser eliminados ecologicamente.
Antes de eliminar o aparelho, remova as pilhas. Não elimine as pilhas vazias através do lixo doméstico, mas entregue-as nos postos de recolha especiais para pilhas ou coloque-as no pilhão. Para mais informações sobre as formas de descarte, contacte as autoridades locais ou o seu revendedor.

4.3 Directivas e normas

Este aparelho cumpre os requisitos da norma UE relativa a aparelhos de electroestimulação nervosa e muscular. Está certificado de acordo com as directivas CE e possui a marca CE (marca de conformidade) "CE 0297". O aparelho EMS cumpre as normas europeias EN 60601-1, EN 60601-1-2 e EN 60601-2-10. Estão cumpridas as disposições da Directiva UE "93/42/CEE do Conselho de 14 de Junho de 1993 relativa aos dispositivos médicos".
Compatibilidade electromagnética:
O aparelho corresponde às exigências da norma EN 60601-1-2 para a compatibilidade electromagnética. Poderá encontrar pormenores sobre estes dados de medição na homepage da **MEDISANA**:
www.medisana.com.

4.4 Dados técnicos

Nome e modelo:	**MEDISANA Aparelho de electroestimulação dos músculos abdominais BOB**
Alimentação de tensão:	3 x pilhas (tipo AAA, LR03) 1,5V
Canais:	1
Forma das ondas:	Forma rectangular bifásica
Largura do impulso:	150 - 200 μs
Frequência:	3 Hz ~ 100 Hz
Tensão de saída:	0 - 45V (com carga de 500 Ohm), regulável
Tempo de utilização:	20 a 34 minutos, no máx.
Condições de funcionamento:	5°C até 40°C até 30% até 75% humidade relativa do ar
Condições de armazenamento:	-10°C até 50°C até 20% até 93% humidade relativa do ar
Dimensões aprox.:	110 x 14,4 x 2,2 cm
Peso aprox.:	230 g
N.º de artigo:	88320
Número EAN:	40 15588 88320 0

CE 0297

Devido aos constantes melhoramentos do produto, reservamos o direito a proceder a alterações técnicas e estéticas.

Garantia e condições de reparação

Por favor, em caso de garantia, contacte o seu revendedor especializado ou directamente o centro de assistência. Se for necessário enviar o aparelho, por favor, envie o aparelho indicando a avaria e acompanhado de uma cópia do recibo de compra.
Em caso de garantia aplicam-se as seguintes condições:

1. Aos produtos **MEDISANA** concedemos uma garantia de três anos a partir da data de compra. Em caso de garantia, a data de compra tem de ser comprovada através do recibo de compra ou factura.

2. As deficiências devido a erros de material ou de fabricação são eliminadas gratuitamente dentro do prazo de garantia.

3. Após um serviço de garantia, o prazo da garantia não é prolongado, nem para o aparelho nem para as peças substituídas.

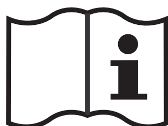
4. A garantia exclui:
- **a.** todos os danos resultantes de manuseamento inadequado como, p.ex., devido ao não cumprimento do manual de instruções.
- **b.** danos resultantes de reparações ou intervenções pelo comprador ou por terceiros não autorizados.
- **c.** danos de transporte resultantes do percurso entre o fabricante e o consumidor ou durante o envio para o serviço de assistência a clientes.
- **d.** componentes exteriores sujeitos a um desgaste normal.

5. Não nos responsabilizamos por danos consequentes directos ou indirectos que são causados pelo aparelho mesmo quando o dano no aparelho é reconhecido como um caso de garantia.



MEDISANA AG
Jagenbergstraße 19
41468 NEUSS
Alemanha
eMail: info@medisana.de
Internet: www.medisana.de

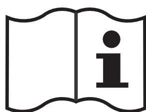
Encontra o endereço da assistência técnica na folha em anexo.



BELANGRIJKE AANWIJZINGEN! ABSOLUUT BEWAREN!

Lees de gebruiksaanwijzing, in het bijzonder de veiligheids-instructies, zorvuldig door vooraleer u het apparaat gebruikt en bewaar de gebruiksaanwijzing voor verder gebruik. Als u het toestel aan derden doorgeeft, geef dan deze gebruiks-aanwijzing absoluut mee.

Verklaring van de symbolen



Deze gebruiksaanwijzing behoort bij dit toestel. Ze bevat belangrijke informatie over de ingebruik-neming en het gebruik. Lees deze gebruiks-aanwijzing helemaal. Het niet naleven van deze instructie kan zware verwondingen of schade aan het toestel veroorzaken.



WAARSCHUWING
Deze waarschuwingen moeten in acht genomen worden om mogelijk letsel van de gebruiker te verhinderen.



OPGELET
Deze aanwijzingen moeten in acht genomen worden om mogelijke schade aan het toestel te verhinderen.



AANWIJZING
Deze aanwijzingen geven u nuttige bijkomende informatie bij de installatie of het gebruik.



BF-veiligheidsklasse



LOT-nummer



Producent



Productiedatum



1.1 Veiligheids-maatregelen

Doelmatigheid van het toestel:
Dit toestel is bedoeld voor uitwendig gebruik bij gezonde volwassen personen. Het is een specifiek ontwikkeld buikspier-stimulatietoestel met de volgende functionaliteiten:
- Verhoging van de doorbloeding op de plaats waar het gebruikt wordt
- Ontspanning van verkrampte buikspieren
- Heropbouw van buikspieren
- Behoud en/of verdere ontwikkeling van de bewegingscapaciteit

Tegenindicaties:
Dit toestel is niet geschikt voor kinderen. Het toestel mag verder niet gebruikt worden bij:
- Zwellingen, ontstekingen, brandwonden, verwondingen, uitslag of gevoelige plaatsen op de plaats waar het gebruikt wordt (bv. ader-ontstekingen, trombofeblitis, spataders enz.)
- Voorhanden pacemaker, andere implantaten of prothetische metalen in het lichaam
- Kankeraandoeningen
- Onregelmatigheden van het hart of hart-en vaatziekten (bijv. aritmieën of myocardbeschadigingen)
- Epilepsie
- Arteriële doorbloedingsproblemen of neiging tot bloeden
- Buik- of liesbreuk
- Zwangerschap
- Weeën
- Acute ziektes en/of koorts
- Onverklaarbare pijn

- Het toestel mag enkel gebruikt worden op de manier waarvoor het bedoeld werd en mag dus volgens de voorschriften, enkel rond de buik aangebracht worden. Het gebruik aan andere lichaamsdelen, zoals bijvoorbeeld ogen, nek, genitaliën etc. is gevaarlijk en kan tot ernstige letsels leiden.
- Gebruik geen accessoires die niet door de fabrikant worden aanbevolen.
- Vermijd contact met scherpe of puntige voorwerpen. Bij ieder ondoelmatig gebruik vervalt het recht op waarborg.
- Dit toestel is niet bestemd om door personen (inclusief kinderen) met beperkte fysieke, sensorische of geestelijke capaciteiten of een gebrek aan ervaring en/of kennis gebruikt te worden, tenzij ze door een voor hun veiligheid bevoegde persoon gecontroleerd worden of tenzij ze van deze persoon instructies kregen hoe het toestel gebruikt moet worden.
- Herstel het apparaat niet zelf in geval van storing. U verliest dan niet enkel elke aanspraak op waarborg, maar ernstige risico's kunnen zich voordoen (Brand, elektrische schok, verwondingen). Laat herstellingen enkel in bevoegde serviceplaatsen uitvoeren.
- Gebruik het instrument nooit terwijl u een bad of stortbad neemt. Verwijder, in het geval dat vocht per ongeluk het instrument is binnengedrongen, direct de batterijen en pas het instrument niet opnieuw toe. Neem contact op met uw leverancier of met onze servicedienst.
- Diabetici en andere zieken dienen, vooraleer zij het toestel gebruiken, hun huisarts te raadplegen.
- Personen waarbij de gevoeligheid gestoord is of hiermee problemen ondervinden, mogen het toestel enkel gebruiken onder het toezicht van een arts.

- De behandeling moet aangenaam aanvoelen. Indien U pijn ondervindt of de behandeling onaangenaam aanvoelt, dient U de behandeling stop te zetten en uw geneesheer te raadplegen.
- Therapieën met de **MEDISANA BOB** vervangen geen diagnoses of behandelingen door een arts. Neem contact op met uw arts bij elke soort pijn of ziekte, voordat u het instrument gaat gebruiken.
- **MEDISANA BOB** mag niet worden gebruikt gedurende een machine of een auto wordt bestuurd.
- Als het toestel zichtbare schade aan de behuizing, de gordel, de elektroden of het LCD-scherm vertoont, moet u het naar de dealer of rechtstreeks naar het de MEDISANA Service Center sturen voor reparatie.
- Het toestel is voor particulier gebruik bedoeld en is dus niet bedoeld voor medisch of commercieel gebruik.
- Het toestel mag niet in de nabijheid van toestellen die sterke elektrische straling uitzenden, zoals radio-zenders, micro-golven of mobiele telefoons, worden gebruikt. De functie kan daardoor worden beïnvloed (zie "Elektromagnetische compatibiliteit").
- Gebruik het toestel niet in de buurt van warmtebronnen, brandbare of explosieve stoffen of gassen.
- Het toestel mag niet gebruikt worden in ruimtes waar zuurstof of aërosolen aanwezig zijn (bijvoorbeeld uit spuitbussen).
- Sieraden of piercings (bijv. navelpiercing) vóór gebruik van het toestel verwijderen. Gevaar voor brandwonden!
- Het toestel is niet geschikt voor gelijktijdig gebruik met andere toestellen die elektrische impulsen naar uw lichaam (bv. TENS- toestellen) leiden.

Aanwijzing voor de elektroden

- De elektroden mogen niet op opengescheurde huid worden bevestigd.
- Het toestel mag niet in contact komen met vocht. Neem de elektroden weg voor het douchen, baden of zwemmen.
- Als er zich huidirritatie voordoet, staak dan de behandeling en neem contact op met uw arts.

2 Wetenswaardigheden

Hartelijk dank

Hartelijk dank voor uw vertrouwen en van harte gelukgewenst!
Met het **MEDISANA buikspier-stimulatietoestel BOB** hebt u een kwaliteitsproduct van **MEDISANA** gekocht. Opdat u het gewenste resultaat verkrijgt en lang plezier beleeft aan uw **MEDISANA buikspier-stimulatietoestel BOB**, raden we u aan om de volgende instructies voor gebruik en onderhoud zorgvuldig te lezen.

2.1 Levering en verpakking

Gelieve eerst te controleren of het instrument volledig is en volledig vrij van beschadigingen is. In geval van twijfel neemt u het apparaat niet in gebruik en zendt u het naar een servicepunt.
Bij de levering horen:

- 1 **MEDISANA buikspier-stimulatietoestel BOB**
- 3 batterijen (type AAA, LR03) 1,5V
- 1 gebruiksaanwijzing

Het verpakkingsmateriaal kan opnieuw worden gebruikt of gerecycled. Zorg ervoor dat het gebruikte verpakkingsmateriaal bij de daarvoor bestemde afvalverwerking terechtkomt. Indien u tijdens het uitpakken transportschade constateert, neem dan direct contact op met uw leverancier.



WAARSCHUWING
Let er op dat het verpakkingsmateriaal niet in handen komt van kinderen. Zij kunnen er in stikken!

2.2 De werkwijze van het toestel

De **MEDISANA buikspier-stimulatietoestel BOB** werkt volgens het principe van de elektrische spierstimulatie (EMS). Door zachte elektrische pulsen zonder belasting van pezen en gewrichten, worden de abdominale spieren in het lichaam gestimuleerd. Dit leidt tot lichte spiercontractie ties, die de spieren "passief" (= zonder automatisch uitgevoerde bewegingen) kunnen bevorderen. Dit kan bijvoorbeeld helpen na ingrepen om verslapte spieren weer te sterken, bij eenzijdige of slecht getrainde of aangespannen buikspieren of voor het opwarmen voor sportactiviteiten. Deze soort van spiervezelstimulatie wordt sinds vele jaren gebruikt door professionele athleten, vrijetijdsporters en in reha-behandelingen om het lichaam te sterken, om het gevaar voor blessures te verminderen en voor het behoud van mobiliteit. Het wegwerken van onevenwichtigheden in de spieren en stroomlijning van de huid zorgen ook voor een aantrekkelijker uiterlijk.

2.3 Het plaatsen / vervangen van de batterij

Het toestel moet uitgeschakeld zijn. Neem de display-eenheid uit de houder ⓭ . Dit kan het makkelijkst als u de display-eenheid door een lichte druk op de achterkant van de gordel en dan naar boven uit de houder ⓭ beweegt. Schuif het batterijklepje ❺ op de achterkant van de display-eenheid in de pijltjesrichting naar onder en plaats de meegeleverde batterijen (3 batterijen type AAA, LR03 1,5V) volgens de respectievelijke poolmarkeringen in het batterijvak. Sluit het batterijvak door het batterijklepje ❺ er weer op te schuiven, tot het inklikt. Plaats de display-eenheid weer in de houder ⓭ totdat de magnetische elektrodenaansluitingen ❷ met de elektrodenaansluitingen van de buikgordel ⓬ exact "samenklikken". Vervang de batterijen als het respectievelijke symbool ❼ op het scherm verschijnt. Als er niet wordt getoond op het scherm, nadat het toestel uitgeschakeld werd. Gebruik bij het vervangen van de batterijen steeds batterijen van hetzelfde type (AAA, LR03 1,5V).



WAARSCHUWING
VEILIGHEIDSAANWIJZINGEN T.A.V. DE BATTERIJ

- **Batterien niet uit elkaar halen!**
- **Lege batterijen onmiddellijk uit het toestel verwijderen!**
- **Verhoogd uitloopgevaar, contact met huid, ogen en slijmhuid vermijden! Bij contact met accuzuur de betreffende plaatsen onmiddellijk met overvloedig helder water spoelen en onmiddellijk een arts opzoeken!**
- **Mocht er een batterij ingeslikt zijn, dan moet onmiddellijk een arts opgezocht worden!**
- **Altijd alle batterijen tegelijk vervangen!**
- **Alleen batterijen van hetzelfde type gebruiken, geen verschillende types of gebruikte en nieuwe batterijen door elkaar gebruiken!**
- **Plaats de batterijen correct, neem de polariteit in acht!**
- **Batterijen bij langer niet-gebruik uit het toestel verwijderen!**
- **Batterijen uit de buurt van kinderen houden!**
- **Batterijen niet heropladen! Er bestaat explosiegevaar!**
- **Niet kortsluiten! Er bestaat explosiegevaar!**
- **Niet in het vuur werpen! Er bestaat explosiegevaar!**
- **Geef verbruikte batterijen en accu's niet met het gewone huisvuil mee, maar met het speciale afval of in een batterij-verzamelstation in de vakhandel!**

3.1 Aanbrengen van de buikgordel

Stel zeker dat de **MEDISANA buikspier-stimulatietoestel BOB** schoon en droog is alvorens de buikgordel aan te brengen. De huid moet vrij zijn van vocht en crèmes, enz. om optimale resultaten te verkrijgen. Plaats de buikgordel zo rond uw taille, zodat de elektroden op de buik rusten (ong. met buiknavel in het midden). Sluit de velcro-afsluiting. De gordel is gemaakt uit een flexibel materiaal dat geschikt is voor verschillende taille-breedtes. In principe moet de gordel vastzitten om een goed contact tussen de elektroden en de huid te garanderen, maar de gordel mag niet vastgesnoerd worden. De gordel is uitsluitend geschikt voor gebruik in de buikzone.





WAARSCHUWING

- **Alvorens de buikgordel aangebracht wordt, moet u zeker zijn dat het toestel uitgeschakeld is!**
- **Gebruik de buikgordel enkel rond de taille, en breng deze aan volgens voorschrift. Het gebruik aan andere lichaamsdelen kan ernstige verwondingen veroorzaken!**
- **Alvorens u de gordel afneemt, schakelt u het toestel uit!**

3.2 Gebruiken

Druk op de Aan- / intensiteit verhogen- toets ▲ ❸ , om het toestel aan te schakelen. U hoort twee korte pieptonen en op de LCD-display ❶ verschijnt de laatst gebruikte programma-nummer en de bijhorende programma-duur, vb.:



Selecteer nu door het drukken op Uit- / intensiteit verminderen ▼ / programmaselectie - toets ❹ een programma. Volgende programma's zijn mogelijk:

Programma nr.	Totaal-duur (min.)	Impulsafstand (μsec)	Verdeelde tijdperiodes	Frequentie (Hz)
1	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	45
			9 Min.	60
			2 Min.	30
2	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	60
			9 Min.	80
			2 Min.	30

Verderzetting-->

<table>
<tr><th>Programma nr.</th><th>Totaal-duur (min.)</th><th>Impulsafstand (µsec)</th><th>Verdeelde tijdperiodes</th><th colspan="2">Frequentie (Hz)</th></tr>
<tr><td rowspan="3">3</td><td rowspan="3">22</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>18 Min.</td><td colspan="2">45</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">4</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>27 Min.</td><td colspan="2">60</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">5</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>27 Min.</td><td colspan="2">80</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">6</td><td rowspan="3">25</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">6</td></tr>
<tr><td>20 Min.</td><td>45</td><td>4</td></tr>
<tr><td>3 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td rowspan="3">7</td><td rowspan="3">32</td><td rowspan="3">200</td><td>5 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td>17 Min.</td><td>50</td><td>9</td></tr>
<tr><td>10 Min.</td><td colspan="2">3</td></tr>
<tr><td rowspan="3">8</td><td rowspan="3">34</td><td rowspan="3">200</td><td>5 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td>19 Min.</td><td>50</td><td>9</td></tr>
<tr><td>10 Min.</td><td colspan="2">3</td></tr>
<tr><td>9</td><td>20</td><td>180</td><td>20 Min.</td><td colspan="2">80</td></tr>
<tr><td>10</td><td>20</td><td>150</td><td>20 Min.</td><td colspan="2">100</td></tr>
</table>

De programma's verschillen van elkaar door frequentie en duur van de afzonderlijke trainingsimpulsen. De totale duur van een programma wordt daarbij in verschillend lange periodes met op elkaar afgestemde stimulatiestroomfrequenties onderverdeeld.
Lagere frequentiegebieden (ca. 2 Hz tot 40 Hz) zijn hier eerder bedoeld voor spierontspanning en hogere frequenties dienen voor de spierstimulatie. De impulsafstand geeft de duur van de stroomimpulsstroom tijdens het gebruik aan. Hoe hoger de impulsafstand, hoe hoger de spiervezelstimulatie wordt. Geringere impulsafstanden zijn daarom goed voor het opwarmen en/of zachte ontspannen. Net zoals bij een fysieke krachttraining met gewichten, is het bij elke training zinvol om af te wisselen tussen spierstimulatie en een doelmatige ontspanningsfase. Dit beschermt de spieren en zorgt voor een meer effectief trainingsschema. In de 10 selecteerbare programma's zijn daarom verschillende frequenties en tijdperiodes voor gebruik aangegeven, die het toestel automatisch doorloopt.
De intensiteit kan tijdens het gebruik van het **MEDISANA buikspierstimulatietoestel BOB** ook nog in 25 niveaus handmatig ingesteld worden (zie *"3.3 Instelling van de intensiteit"*).
De 10 programma's kunt u in meerdere weken afwerken. U begint in de eerste week met programma 1 op een laag intensiteitsniveau, versterkt langzaam uw buikspieren en wisselt daarbij naar hogere programma's. Natuurlijk kunt u het programma en de intensiteit gebruiken op basis van uw persoonlijke voorkeur en uw conditie. Let op dat de eenheid in het begin niet meer dan een keer per dag gebruikt mag worden. Vanaf de tweede week kunt u het gebruik gaan verhogen, waarbij echter wel

steeds minstens 5 uren tussen de afzonderlijke trainingseenheden moeten liggen.
Nadat u het programma hebt geselecteerd, drukt opnieuw de Aan- / intensiteit verhogen- toets ▲ ❸ , om het gebruik te starten.



AANWIJZING

Het toestel start de emissie van stroomimpulsen alleen als er op een juiste manier huidcontact is. Mocht deze niet vastgesteld worden, klinkt er een langere pieptoon en het toestel bevindt zich weer in de programmaselectie-modus. Controleer in dit geval of de buikgordel correct werd aangebracht.

De aangegeven tijd voor de programmaduur telt nu afwaarts (count-down) tot 0. Tijdens het gebruik voelt u ev. een zacht kriebelgevoel. Met een stijgende intensiteit voelt u de spieropspanningen van de buikspieren, die zich na een paar seconden weer zacht ontspannen. Als de tijd afgelopen is, hoort u twee signalen (een korte en een langere pieptoon) en de emissie van stroomimpulsen wordt gestopt. U kunt het gebruik ook handmatig stoppen door de Uit- / intensiteit verminderen ▼ /Programmaselectie – toets ❹ ingedrukt te houden, tot het toestel zich met twee pieptonen uitschakeld of door herhaald drukken op de toets tot de intensiteit op het laagste niveau (1) komt te staan. Wordt de toets opnieuw ingedrukt, wordt het afgeven van de stroomimpulsen gestopt.

3.3 Instelling van de intensiteit

Tijdens het gebruik kunt u met de toetsen ▲❸ en ▼❹ de intensiteit op 25 niveaus verzetten. Een verlaging van de intensiteit is steeds mogelijk met toets ▼❹ . Hebt u het laagste niveau bereikt (1) en drukt u nogmaals op toets ▼❹ , wordt het afgeven van de stroomimpulsen gestopt. Door het drukken op de toets▲ ❸verhoogt u de intensiteit met telkens 1 niveau (max. bis 25). Om ongewilde intensiteitverhogingen te vermijden, schakelt het toestel na ca. 5 seconden zonder toetsen in te drukken, de toetsenvergrendeling in. Op dat moment gaat het schermlichtje uit en symbool ⊶ ❻ verschijnt op de LCD-display ❶ . Om de toetsenvergrendeling ongedaan te maken, moet toets ▼❹ ingedrukt worden, die gelijktijdig de intensiteit met 1 niveau verlaagt (of bij een reeds eerder ingesteld niveau 1, het afgeven van de stroomimpulsen gestopt.). Een verhoging van het intensiteitsniveau is enkel mogelijk als de toetsenvergrendeling niet actief is. Stel de intensiteit steeds zo hoog in, zoadt het voor u aangenaam blijft.



WAARSCHUWING

Mocht u een onaangenaam gevoel ervaren, stel dan een lagere intensiteit in. Is het gebruik dan nog onaangenaam of als de huid pijn doet/jeukt, stop dan onmiddelijk het gebruik en raadpleeg uw arts.

3.4 Automatische uitschakeling

Wordt in de programmaselectie-modus gedurende ca. 2 minuten geen toets ingedrukt, schakelt het toestel zichzelf automatisch uit.
Tijdens het gebruik op de huid, controleert het toestel voortdurend of er nog voldoende huidcontact is. Als dit niet het geval is, wordt de het afgeven van de stroomimpulsen automatisch gestopt en schakelt het toestel terug in de programmaselectie-modus.

4 Diversen

4.1 Reiniging en onderhoud

- Bij een apparaat dat gevoed wordt door batterijen dient U deze batterijen te verwijderen vooraleer U het apparaat kuist.
- Gebruik nooit agressieve reinigingsmiddelen of harde borstels.
- Reinig het apparaat met een zachte doek, die U met een milde zeepsop licht bevochtigt. Dompel het toestel nooit in water om het te reinigen. Sla er in voorkomend geval acht op dat er geen water in het toestel indringt. Gebruik het toestel eerst dan opnieuw als het volledig droog is.
- Controleer voor elk gebruik of de beide ronde opzetstukken van de elektroden aan de achterkant van de gordel schoon en niet beschadigd zijn. In geval van twijfel gebruikt u het toestel niet en neemt u contact op met de servicedienst.
- *Veiligheidscontrole (bij commercieel gebruik):*
  Het toestel werd door de fabricant ingesteld voor een periode van twee jaar. De veiligheidscontroles bij commercieel gebruik mogen niet later plaatsvinden dan eens per twee jaar.

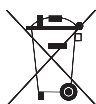


WAARSCHUWING

In de behuizing van het toestel mag geen water komen!

- Bewaar het toestel op een droge, koele plaats.

4.2 Afvalbeheer



Dit apparaat mag niet samen met het huishoudelijk afval worden aangeboden. Iedere consument is verplicht, alle elektrische of elektronische apparaten, ongeacht of die schadelijke stoffen bevatten of niet, bij een milieudepot in zijn stad of bij de handelaar af te geven, zodat ze op een milieuvriendelijke manier kunnen worden verwijderd.
Haal de batterijen uit het apparaat voordat u het apparaat verwijdert. Gooi gebruikte batterijen niet bij het huisvuil, maar breng deze naar de daarvoor bestemde afvalverwerking of lever deze in bij een speciaal daarvoor bestemd inzamelstation bij de supermarkt of elektrawinkelier.Wendt u zich betreffende het afvalbeheer tot uw gemeente of handelaar.

4.3 Richtlijnen / normen

Dit toestel voldoet aan de voorschriften van de EU-standaard voor zenuw- en spierstimulatie toestellen. Het is gecertificeerd volgens de EU-richtlijnen en draagt de CE-markering (conformiteitsteken) "CE 0297". Het EMS-toestel voldoet aan de Europese normen EN 60601-1, EN 60601-1-2 en EN 60601-2-10. Aan de eisen van de EU-richtlijn 93/42/EEG “Raad van 14 Juni 1993 betreffende medische hulpmiddelen" wordt voldaan.
Elektromagnetische verdraagbaarheid:
Het apparaat voldoet aan de eisen van norm EN 60601-1-2 voor de elektromagnetische verdraagbaarheid. Details met betrekking tot deze meetwaarden kunt u op de **MEDISANA**-homepage **www.medisana.com** vinden.

4.4 Technische Specificaties

Productnaam en model:	**MEDISANA Buikspier-stimulatietoestel BOB**
Spanning:	3 x Batterien (Typ AAA, LR03) 1,5V
Kanalen:	1
Curvenvorm:	Tweefasige rechthoekvorm
Impulswijdte:	150 - 200 µs
Frequentie:	3 Hz ~ 100 Hz
Uitgangsspanning:	0 - 45V (bij 500 Ohm last), regelbaar
Gebruikstijd:	20 tot 34 minuten max.
Bedrijfsvoorwaarden:	5°C tot 40°C bij 30% tot 75% rel. luchtvochtigheid
Opbergvoorwaarden:	-10°C tot 50°C bij 20% tot 93% rel. luchtvochtigheid
Afmetingen ca.:	110 x 14,4 x 2,2 cm
Gewicht ca.:	230 g
Artikelnr.:	88320
EAN-Nr.:	40 15588 88320 0

CE 0297

In het kader van onze voortdurende inspanningen naar verbeteringen, behouden wij ons het recht voor om qua vormgeving en op technisch gebied veranderingen aan ons product door te voeren.

Garantie en reparatie-voorwaarden

Wendt u zich voor garantiegevallen altijd tot uw leverancier of tot onze klantendienst. Moet u het apparaat opsturen, stuur het dan samen met de klacht en een kopie van de aankoopbon naar onze klantendienst.

Voor garantie gelden de volgende voorwaarden:

1. Voor de producten van **MEDISANA** geldt een garantietermijn van drie jaar vanaf de datum van aankoop. Deze kan door middel van de verkoopbon of factuur worden aangetoond.

2. Alle klachten, die het gevolg zijn van materiaal of fabricagefouten worden binnen de garantietermijn gratis verholpen.

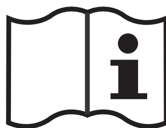
3. Een geval van garantie leidt niet tot automatische verlenging van de garantietermijn, noch voor het apparaat zelf noch voor de vervangen onderdelen.

4. Uitgesloten van garantie zijn:
- **a.** Alle schade die ontstaan is door ondeskundige behandeling, b.v. het niet op de juiste wijze volgen van de gebruiksaanwijzing
- **b.** Beschadigingen, die zijn ontstaan door reparaties door de koper of een ander onbevoegd persoon.
- **c.** Transportschade, die is ontstaan op weg van de verkoper naar de verbruiker of tijdens het opsturen naar de klantendienst.
- **d.** Toebehoren, die onderhevig zijn aan slijtage.

5. De fabrikant neemt geen verantwoording voor directe of indirecte vervolgschade die door het apparaat veroorzaakt wordt. Ook niet als de schade aan het apparaat als garantiegeval erkend is.


MEDISANA AG
Jagenbergstraße 19
41468 NEUSS
Duitsland
eMail: info@medisana.de
Internet: www.medisana.de

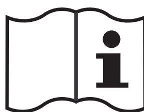
Het serviceadres vindt u op het afzonderlijk bijgevoegde blad.



TÄRKEITÄ TIETOJA! SÄILYTÄ NÄMÄ OHJEET!

Lue seuraavat käyttöohjeet huolellisesti kokonaan, erityisesti turvallisuusohjeet, ennen kuin käytät laitetta ja säilytä ohjeet mahdollista myöhempää käyttöä varten. Jos annat laitteen eteenpäin, anna myös aina tämä käyttäohje mukana.

Kuvan selitys:



Tämä käyttöohje kuuluu tähän laitteeseen. Siinä on tärkeitä tietoja käyttöönottoa ja käsittelyä koskien. Lue tämä käyttöohje kokonaan. Näiden ohjeiden noudattamatta jättäminen voi aiheuttaa loukkaantumisen tai laitteen vaurioitumisen.



VAROITUS
Noudata näitä varoitusohjeita niin voit estää käyttäjän mahdollisen loukkaantumisen.



HUOMIO
Noudata näitä ohjeita niin voit estää laitteen mahdollisen vaurioitumisen.



OHJE
Näistä ohjeista saat hyödyllistä tietoa asennusta ja käyttöä koskien.



Laiteluokitus: Tyyppi BF



LOT-numero



Laatija



Valmistuspäivämäärä



1.1 Turvallisuusohjeita

Tarkoituksenmukainen käyttö:
Tämä laite on tarkoitettu terveiden aikuisten käyttöön ulkoisesti. Kyseessä on erityisesti kehitetty vatsalihasten stimulointilaite, joka toimii seuraavilla tavoilla:
- Kohentaa veren virtausta käyttöalueella
- Rentouttaa kouristuneet valtalihakset
- Kohentaa vatsalihaksia
- Ylläpitää ja kehittää liikkuvuutta

Käytön esteet:
Laite ei sovellu lapsille. Laitetta ei saa myöskään käyttää, jos:
- käyttäjällä on turvotusta, tulehduksia, poltetta, vammoja, ihottumaa tai herkkiä kohtia (esim. laskimotulehdus, laskimotukkotulehdus, suonikohjuja ym.) käyttöalueella.
- käyttäjällä on sydämentahdistin tai muita istutettuja tai proteettisia metalliosia elimistössään.
- käyttäjällä on syöpä.
- käyttäjällä on epätasainen sydämen syke tai sydänvika (esim. rytmihäiriöitä tai sydänlihaksen vaurioita).
- käyttäjällä on epilepsia.
- käyttäjällä on valtimotukoksia tai verenvuotoja.
- käyttäjällä on vatsa- tai nivustyrä.
- käyttäjä on raskaana.
- käyttäjällä on synnytyspolttoja.
- käyttäjällä on akuutti sairaus ja/ tai kuumetta.
- käyttäjällä on epämääräisiä kipuja.

- Käytä laitetta vain tarkoituksenmukaisesti käyttöohjeen mukaisesti ja vain vatsan ympärillä. Muiden ruumiinosien, kuten silmien, kaulan tai sukuelimien käsitteleminen voi johtaa vakavaan vammautumiseen.
- Käytä vain valmistajan hyväksymiä lisäosia.
- Vältä koskemasta siihen teräväkärkisillä tai terävillä esineillä. Jos laitetta käytetään muuhun kuin sille tarkoitettuun käyttöön, takuu raukeaa.
- Tätä laitetta ei ole tarkoitus antaa sellaisten henkilöiden käyttöön (mukaan lukien lapset), joilla on fyysisiä, hermollisia tai psyykkisiä ongelmia tai joiden kokemus ja/tai tieto ei riitä laitteen käyttöön, ellei heitä valvo heidän turvallisuudestaan vastaava henkilö tai tämä henkilö kertoo heille laitteen käytöstä.
- Jos laitteeseen tulee vika, sitä ei saa korjata itse. Silloin takuu raukeaa ja lisäksi siitä saattaa aiheutua vakavia vaaratilanteita (tulipalo, sähköisku, vamma). Teetä korjaukset aina vain valtuutetussa huollossa.
- Älä koskaan käytä laitetta kylvyssä tai suihkussa. Jos laitteeseen kaikesta huolimatta pääsee vettä, on paristot poistettava välittömästi eikä laitetta saa enää käyttää. Ottakaa yhteyttä alan liikkeeseen tai palvelupisteeseemme.
- Jos sairastat diabetesta tai muita sairauksia, keskustele oman lääkärisi kanssa ennen laitteen käyttöä.
- Henkilöt, joiden aistit ovat häiriytyneet tai heikentyneet, saavat käyttää laitetta vain lääkärin valvonnassa.

- Käsittelyn pitää tuntua miellyttävältä. Jos tunnet kipua tai käyttö tuntuu epämiellyttävältä, keskeytä käyttö ja keskustele asiasta lääkärisi kanssa.
- **MEDISANA BOB**:llä annettu hoito ei korvaa lääkärin diagnooseja tai hoitoja. Kysy lääkäriltäsi jokaisen kiputyypin tai sairauden kohdalla ennen laitteen käyttöä.
- **MEDISANA BOB**:tä ei saa käyttää mitään konetta käytettäessä tai autolla ajettaessa.
- Jos laitteeseen tulee näkyviä vikoja koteloon, vyöhön, elektrodeihin tai LCD-näyttöön, lähetä se korjattavaksi myyjälle tai **MEDISANA**n huoltoon.
- Laite on tarkoitettu yksityiseen kotikäyttöön, ei lääketieteelliseen tai ammatilliseen käyttöön.
- Laitetta ei saa käyttää sellaisten laitteiden läheisyydessä, joita ympäröi voimakas sähkökenttä, kuten radiolähettimet, mikroaaltouunit tai matkapuhelimet. Säteily saattaa vaikuttaa laitteen toimintaan. (ks. "Sähkömagneettinen yhteensopivuus").
- Älä käytä laitetta lämmönlähteiden, syttyvien tai räjähtävien aineiden tai kaasujen läheisyydessä.
- Laitetta ei saa käyttää tiloissa, joissa on puhdasta happea tai aerosoleja (esim. ponnekaasusäiliöistä).
- Kaikki korut tai lävistyskorut (esim. napakoru) on poistettava ennen laitteen käyttämistä. Palovammojen vaara!
- Laite ei sovellu yhtäaikaiseen käyttöön muiden sähköimpulsseja lähettävien laitteiden kanssa (esim. lihashierontalaitteet).

Elektrodeja koskevia ohjeita

- Elektrodeja ei saa asettaa avoimille ihokohdille.
- Laite ei saa kastua. Ota se pois ennen suihkua, kylpyä ja uimista.
- Ihoärsytyksen ilmetessä tulee hoito keskeyttää ja hakeutua lääkärin hoitoon.

2 Tietämisen arvoista

Sydämellinen kiitos

Kiitoksia luottamuksesta ja sydämelliset onnentoivotukset!
MEDISANA Vatsalihaksia stimuloiva laite BOB on **MEDISANA** laatutuote. Jotta **MEDISANA Vatsalihaksia stimuloiva laite BOB** antaisi iloa pitkään ja tuottaisi toivottuja tuloksia, suosittelemme lukemaan alla olevat käyttö- ja huolto-ohjeet.

2.1 Pakkauksen sisältö ja pakkaus

Tarkasta ensin, että laite on täydellinen eikä siinä ole mitään vaurioita. Jos sinulla on kysymyksiä, älä ota laitetta käyttöön, vaan käänny kauppiaasi tai huoltoliikkeen puoleen.
Pakkauksesta pitää löytyä:

- 1 **MEDISANA Vatsalihaksia stimuloiva laite BOB**
- 3 paristoa (AAA, LR03) 1,5V
- 1 käyttöohje

Pakkauksia voidaan käyttää uudelleen tai ne voidaan kierrättää takaisin raakaainekiertoon. Hävitä tarpeeton pakkausmateriaali asianmukaisella tavalla. Mikäli pakkausta avatessasi havaitset kuljetusvaurion, ota heti yhteyttä tuotteen myyneeseen liikkeeseen.



VAROITUS
Huolehdi siitä, etteivät pakkausmuovit joudu lasten käsiin.
On olemassa tukehtumisvaara!

2.2 Laitteen toiminta

MEDISANA Vatsalihaksia stimuloiva laite BOB stimuloi lihaksia sähköisesti (EMS). Hellävaraiset sähköimpulssit eivät kuormita jänteitä tai niveliä, vaan ne harjoittavat vatsalihaksia. Se aiheuttaa lihasten supistumista, jonka lihakset tekevät "passiivisesti" (= ilman itsetoimista liikettä). Siitä voi olla apua esim. leikkauksenjälkeisen lihasheikkouden kohentamiseksi, yksipuolisesti tai heikosti harjoitettujen tai jännittyneiden vatsalihasten harjoittamisen tai lämmittämiseen ennen urheilusuoritusta. Ammattiurheilijat, kunnianhimoiset harrastajaurheilijat ja kuntouttajat ovat harjoittanet lihaksia näin jo useita vuosia tehdäkseen vartalosta tehokkaamman, pienentääkseen loukkaantumisriskiä ja säilyttääkseen liikkuvuuden. Lihasten epätasapainon tasoittuminen ja ihon kiristyminen parantavat myös ulkonäköä.

2.3 Paristojen asettaminen/ vaihtaminen

Varmista, että laite on pois päältä. Irrota näyttöyksikkö pidikkeestä ⓭. Se käy parhaiten painamalla sitä kevyesti vyön takapuolelta ja liikuttamalla sitä sen jälkeen pidikkeessä ⓭. Työnnä paristokotelon kantta ❺ näyttöyksikön takapuolelta nuolen suuntaan ja asenna pakkauksessa mukana tulleet paristot (3 AAA-paristoa, LR03 1,5V) paristokotelon pohjaan merkityn napaisuuden mukaisesti. Sulje paristokotelo työntämällä kansi ❺ kiinni, kunnes se naksahtaa. Aseta näyttöyksikkö takaisin pidikkeeseen ⓭ siten, että elektrodiliitäntä ❷ osuu tarkalleen vyön elektrodiliitäntään ⓬ ja ne napsahtavat yhteen. Vaihda paristot, kun pariston vaihtamistarpeen symboli ❼ näkyy näytössä tai kun näyttö pysyy pimeänä, kun laite on käynnistetty. Käytä aina samantyyppisiä paristoja (AAA, LR03 1,5V).



VAROITUS PARISTO-TURVAOHJEITA

- **Akkuja ja paristoja ei saa purkaa!**
- **Poista tyhjät akut ja paristot välittömästi laitteesta!**
- **Kohonnut vuotovaara, vältä kontaktia ihon, silmien ja limakalvojen kanssa! Jos joudut akkuhapon kanssa kosketuksiin, huuhtele vastaavat kohdat välittömästi runsaalla vedellä ja hakeudu lääkärin hoitoon!**
- **Jos paristo tai akku nielaistaan, hakeudu välittömästi lääkärin hoitoon!**
- **Vaihda kaikki akut ja paristot samaan aikaan!**
- **Käytä ainoastaan saman tyypin paristoja, eri tyyppien paristoja tai uusia ja käytettyjä samaan aikaan ei saa käyttää samassa laitteessa!**
- **Aseta paristot oikein paikalleen, huomioi napaisuus!**
- **Poista paristot ja akut laitteesta jos et käytä sitä pitkään aikaan!**
- **Pidä paristot poissa lasten ulottuvilta!**
- **Akkuja ja paristoja ei saa ladata! Räjähdysvaara!**
- **Liitä oikein! Räjähdysvaara!**
- **Älä heitä tuleen! Räjähdysvaara!**
- **Älä heitä käytettyjä paristoja ja akkuja talousjätteen sekaan, vaan ongelmajätteisiin tai paristojen!**

3.1 Vyön asettaminen paikalleen:

Varmista, että **MEDISANA Vatsalihaksia stimuloiva laite BOB** on puhdas ja kuiva, ennen kuin käytät vyötä. Iholla ei saa myöskään olla kosteutta, voiteita tai muuta sellaista, jotta saadaan ihanteellinen tulos.



Aseta vyö siten vyötärölle, että elektrodit ovat vatsaa vasten (napa on elektrodien välissä keskellä). Vedä vetoketju kiinni. Vyö on joustavaa materiaalia, joten se soveltuu eri kokoisille vyötäröille. Periaatteessa vyön on istuttava tiukasti, jotta elektrodit koskettavat ihoa, mutta se ei saa kuristaa. Vyö soveltuu käytettäväksi vain vyötäröllä.



VAROITUS
- **Varmista, että laite on pois päältä, ennen kuin asennat vyön!**
- **Kiedo vyö vyötärölle vain ohjeiden mukaisesti. Käyttö muihin ruumiinosiin voi aiheuttaa vakavia vammoja!**
- **Sammuta laite, ennen kuin irrotat vyön!**

3.2 Käyttö

Käynnistä laite painamalla Päälle- / Tehon korotus-painiketta ▲ ❸ . Kuulet kaksi piippausta ja LCD-näyttöön ❶ ilmestyy viimeksi käytetyn ohjelman numero ja ohjelman kesto, esim.:



Valitse Pois päältä- / Tehon vähennys- ▼ / Ohjelmanvalinta - painikkeella ❹ ohjelma seuraavista vaihtoehdoista:

Ohjelman Nro.	Kokonais-kesto (Min.)	Impulssin taajuus (µsek)	Vaiheistetut ajanjaksot	Taajuus (Hz)
1	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	45
			9 Min.	60
			2 Min.	30
2	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	60
			9 Min.	80
			2 Min.	30

Aloittaminen-->

<table>
<tr><th>Ohjelman Nro.</th><th>Kokonais-kesto (Min.)</th><th>Impulssin taajuus (µsek)</th><th>Vaiheistetut ajanjaksot</th><th colspan="2">Taajuus (Hz)</th></tr>
<tr><td rowspan="3">3</td><td rowspan="3">22</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>18 Min.</td><td colspan="2">45</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">4</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>27 Min.</td><td colspan="2">60</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">5</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>27 Min.</td><td colspan="2">80</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">6</td><td rowspan="3">25</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">6</td></tr>
<tr><td>20 Min.</td><td>45</td><td>4</td></tr>
<tr><td>3 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td rowspan="3">7</td><td rowspan="3">32</td><td rowspan="3">200</td><td>5 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td>17 Min.</td><td>50</td><td>9</td></tr>
<tr><td>10 Min.</td><td colspan="2">3</td></tr>
<tr><td rowspan="3">8</td><td rowspan="3">34</td><td rowspan="3">200</td><td>5 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td>19 Min.</td><td>50</td><td>9</td></tr>
<tr><td>10 Min.</td><td colspan="2">3</td></tr>
<tr><td>9</td><td>20</td><td>180</td><td>20 Min.</td><td colspan="2">80</td></tr>
<tr><td>10</td><td>20</td><td>150</td><td>20 Min.</td><td colspan="2">100</td></tr>
</table>

Ohjelmien erona on yksittäisten harjoitus impulssien taajuus ja kesto. Ohjelman kokonaiskesto vaihtelee eri mittaisten vaiheiden ja stimulointivaiheiden välillä.
Matalin taajuusalue (n. 2-40 Hz) on tarkoitettu lihasten rentouttamiseen ja voimakkaammat taajuudet stimuloivat lihaksia. Impulssin taajuus edustaa sähköimpulssin voimakkuutta keston aikana. Mitä korkeampi impulssin taajuus, sitä voimakkaammin lihas reagoi. Heikommat impulssitaajuudet soveltuvat enemmänkin lihasten lämmittämiseen tai rentouttamiseen. Kuten voimaharjoittelunkin kanssa, kaikessa harjoittelussa on tärkeää vaihdella harjoituksen ja levon välillä. Se hoitaa lihaksia ja mahdollistaa tehokkaan harjoitustuloksen. Kymmenestä valittavasta ohjelmasta voidaan valita käytettäväksi erilaisia taajuuksia ja ajanjaksoja, jotka laite suorittaa automaattisesti.
Käytön aikana **MEDISANA Vatsalihaksia stimuloiva laitteen BOB** tehoa voidaan säätää käsin 25 tasolla (ks. 3.3 *"Tehon säätäminen"*). Voin käydä kaikki 10 ohjelmaa läpi useiden viikkojen aikana. Aloita ensimmäisellä viikolla ensimmäisestä ohjelmasta heikolla teholla ja nosta vähitellen tehoa ja ohjelman kestoa, kun vatsalihakset tottuvat harjoitukseen. Voit tietenkin valita ohjelman ja harjoituksen keston oman herkkyytesi ja kuntotasosi mukaisesti. Muista, että alussa laitetta ei pidä käyttää useammin kuin kerran päivässä.
Toisella viikolla käyttötiheyttä voi kasvattaa siten, että käyttökertojen välillä on vähintään viisi tuntia. Kun olet valinnut ohjelman, paina uudelleen Päälle- / Tehon korotus-painiketta ▲ ❸ , jotta ohjelma käynnistyy.



Vihjeitä

Laite alkaa syöttää sähköimpulsseja, kun laite on kiinni ihossa. Jos näin ei ole, laite päästää pitkä piippauksen ja siirtyy ohjelman valinta-näyttöön.
Tarkista tällöin, että vyön on kiinnitetty oikein.

Ohjelman keston näyttö kulkee takaperin kohti nollaa. Tunnet käytön aikana kevyttä kihelmöintiä. Kun teho kasvaa, tunnet vatsalihasten supistuvan ja rentoutuvan parin sekunnin kuluttua.
Kun ohjelma on suoritettu loppuun, laite päästää kaksi signaalia (lyhyt ja pitkä piippaus) ja sähköimpulssit lakkaavat. Voit keskeyttää käytön manuaalisesti painamalla Pois päältä- /tehon lasku- / Ohjelman valinta-painiketta ▼ ❹ ja pitämällä sitä painettuna, kunnes laite päästää kaksi piippausta ja sammuu, tai painamalla painiketta useasti, kunnes näytössä näkyy matalin tehotaso (1). Kun painat painiketta nyt, laite pysähtyy.

3.3 Tehon säätäminen

Tehoa voidaan säätää 25 tason välillä käytön aikana painamalla painikkeita ▲❸ ja ▼❹ . Tehoa voidaan vähentää aina painamalla painiketta ▼❹. Jos taso on alimmillaan (1) ja painat painiketta ▼❹ , laite lakkaan lähettämästä sähköimpulsseja. Kun painat painiketta ▲ ❸, impulssien teho nousee tason kerrallaan (tasolle 25 asti). Jotta teho ei nousisi vahingossa, laitteen näppäinlukko kytkeytyy päälle n. 5 sekunnin käyttämättömyyden jälkeen.
Tällöin näytön valo sammuu ja symboli ⊶ ❻ ilmestyy LCD-näyttöön ❶ . Näppäinlukituksen saa pois päältä painamalla näppäintä ▼❹ , mikä laskee samalla tasoa yhden asteen (eli jos laite on tasolla 1, impulssien syöttö lakkaa.) Tasoa voi nostaa vain, jos näppäinlukko ei ole käytössä. Aseta teho vain niin korkeaksi, että se tuntu miellyttävältä.



VAROITUS

Jos käyttö tuntuu epämukavalta, alenna tehotasoa. Jos käyttö on yhä epämiellyttävää, tuottaa kipua tai kutinaa, keskeytä käyttö ja ota yhteyttä lääkäriisi.

3.4 Automaattinen sammutus

Jos ohjelman valinta-tilassa painiketta ei paineta noin kahteen minuuttiin, laite sammuu automaattisesti. Laite tarkistaa käytön aikana, onko se yhteydessä ihoon. Jos yhteyttä ei ole, impulssien syöttö lakkaa ja laite palaa ohjelman valinta-tilaan.

4.1 Puhdistus ja hoito

- Poista paristot ennen laitteen puhdistamista.
- Älä koskaan käytä voimakkaita puhdistusaineita tai kovia harjoja.
- Puhdista laite pehmeällä liinalla, jota kostutat hieman miedolla pesuaineliuoksella. Älä koskaan upota laitetta puhdistusta varten veteen, ja huolehdi tarvittaessa siitä, ettei laitteeseen pääse tunkeutumaan vettä. Käytä laitetta jälleen vasta sitten, kun se on täysin kuiva.
- Tarkista ennen jokaista käyttöä, että molemmat pyöreät elektrodit vyön takapuolella ovat puhtaat ja ettei niissä ole vaurioita. Jos epäilet niitä olevan, älä käytä laitetta, vaan ota yhteyttä huoltoon.
- *Turvallisuustekninen tarkistus (koskee kaupallista käyttöä):* Valmistaja on tarkoittanut laitteen kaksivuotiseen käyttöön. Kaupallisessa käytössä laitteen turvallisuus on tarkistettava vähintään kahden vuoden välein.

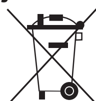


HUOMIO

Laitteen sisään ei saa päästä vettä!

- Säilytä laite kuivassa ja viileässä.

4.2 Hävittämisohjeita



Tätä laitetta ei saa hävittää talousjätteiden mukana.
Jokainen kuluttaja on velvoitettu luovuttamaan kaikki sähköiset tai elektroniset laitteet, sisältävätpä ne haitallisia aineita tai eivät, kaupunkinsa tai liikkeen keräyspisteeseen, jotta laitteet voitaisiin hävittää ympäristöystävällisesti. Poista paristot ennen laitteen hävittämistä. Älä heitä käytettyjä paristoja ja akkuja kotitalousjätteisiin, vaan ongelmajätteisiin tai toimita ne alan liikkeessä olevaan keräyspisteeseen.
Ota yhteyttä paikalliseen viranomaiseen tai myyjäliikkeeseen hävityksen suorittamiseksi.

4.3 Direktiivit / Normit

Laite vastaa EU-normeja hermo- ja lihasstimulointilaitteista. Se on sertifioitu EU-asetuksen mukaisesti ja siinä on CE-merkki (Vaatimustenmukaisuusmerkki) "CE 0297". Sähkömagneettinen laite vastaa eurooppalaisia normeja EN 60601-1, EN 60601-1-2 ja EN 60601-2-10. Neuvoston direktiivin "93/42/ETY, annettu 14 päivänä kesäkuuta 1993, lääkinnällisistä laitteista" vaatimukset on täytetty.
Sähkömagneettinen yhteensopivuus:
Laite vastaa sähkömagneettisen yhteensopivuuden normin EN 60601-1-2 vaatimuksia. Löydät lisätietoja mittaustuloksista **MEDISANA**n kotisivuilta osoitteesta: **www.medisana.com**.

4.4 Tekniset tiedot

Nimi ja malli:	**MEDISANA Vatsalihaksia stimuloiva laite BOB**
Jännitesyöttö:	3 x paristoa (AAA, LR03) 1,5V
Kanavat:	1
Aallonmuoto:	Kaksivaiheinen suorakaide
Pulssin leveys:	150 - 200 µs
Taajuus:	3 Hz ~ 100 Hz
Käyttöjännite:	0 - 45V (500 Ohmi kuormitus), säädettävä
Käyttöaika:	20 - 34 minuuttia max.
Käyttöolosuhteet:	5°C - 40°C, 30% - 75% suht. ilmankosteus
Varastointiolosuhteet:	-10°C - 50°C, 20% - 93% suht. ilmankosteus
Mitat n.:	110 (P) x 14,4 (L) x 2,2 (K) cm
Paino n.:	230 g
Tuote-nro.:	88320
EAN-numero:	40 15588 88320 0

CE 0297

Jatkuvan tuotekehittelyn myötä pidätämme itsellämme oikeuden teknisiin ja muotoilullisiin muutoksiin.

Takuu- ja korjausehdot

Käänny takuutapauksessa alan liikkeen tai suoraan asiakaspalveluhuollon puoleen. Jos laite tulee lähettää huoltoon, ilmoita vika ja lähetä laitteen mukana kopio ostokuitista.

Tällöin ovat voimassa seuraavat takuuehdot:

1. **MEDISANA**-tuotteille myönnetään kolmen vuoden takuu myyntipäiväyksestä. Myyntipäiväys tulee todistaa takuutapauksessa ostokuitilla tai laskulla.

2. Materiaali- tai valmistusvioista johtuvat puutteet korjataan takuuaikana maksutta.

3. Takuukorjaus ei pidennä takuuaikaa, ei laitteelle eikä vaihdetulle rakenneosalle.

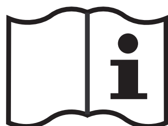
4. Takuun ulkopuolelle jäävät:
   - **a.** kaikki vahingot, jotka syntyvät asiattomasta käsittelystä, esim. käyttöohjeen noudattamatta jättämisestä.
   - **b.** Vahingot, joiden syyksi voidaan jäjittää ostajan tai asiattoman kolmannen osapuolen suorittama kunnossapito tai toimet.
   - **c.** Kuljetusvauriot, jotka ovat syntyneet matkalla valmistajalta kuluttajalle tai asiakaspalveluun lähetettäessä.
   - **d.** Lisäosat, jotka ovat alttiina normaalille kulutukselle.

5. Vastuu laitteen aiheuttamista välittömistä tai välillisistä seurausvahingoista on myös poissuljettu, jos laitteelle aiheutunut vahinko hyväksytään takuutapaukseksi.



MEDISANA AG
Jagenbergstraße 19
41468 NEUSS
Saksa
eMail: info@medisana.de
Internet: www.medisana.de

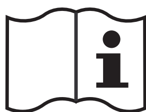
Huolto-osoite löytyy erillisestä liitelehtisestä.



OBSERVERA!
SPARA!

Läs igenom bruksanvisningen, särskilt säkerhetsanvisningarna, noga innan du använder apparaten och spara bruksanvisningen för framtida bruk. Om apparaten lämnas vidare till en annan person måste bruksanvisningen följa med.

Teckenförklaring:



Bruksanvisningen hör till apparaten. Den innehåller viktig information om igångsättning och användning. Läs igenom hela bruksanvisningen. Om anvisningarna i bruksanvisningen inte följs kan det leda till svåra personskador eller skador på apparaten.



VARNING
Varningstexterna måste beaktas, annars kan det finnas risk för personskador.



OBSERVERA
De här anvisningarna måste beaktas, annars kan det finnas risk för skador på apparaten.



HÄNVISNING
De här texterna innehåller praktisk information om installation eller användning.



Utrustningen har klassats som: typ BF



LOT-nummer



Tillverkare



Tillverkningsdatum



1.1 Säkerhets- hänvisningar

Specifik funktion:
Den här apparaten är avsedd för utvändig användning på friska, vuxna personer. Det är en speciellt utvecklad stimulator för magmuskulaturen med följande verkningssätt:
- Blodcirkulationen ökar inom användningsområdet
- Spänd magmuskulatur slappnar av
- Magmuskulatur byggs upp igen
- Rörelseförmågan bibehålls resp. ökas

Kontraindikationer:
Den här apparaten är inte lämplig till barn. Apparaten får inte heller användas vid:
- svullnader, inflammationer, brännskador, andra skador, utslag, eller känsliga ställen inom användningsområdet (t.ex. veninflammation, tromboflebit, varikös ven etc.)
- när man bär pacemaker, andra implantat eller protetiska metaller i kroppen
- Cancersjukdomar
- Oregelbundenheter hos hjärtat eller hjärtsjukdomar (t.ex. arytmier eller hjärtmuskelskador)
- Epilepsi
- Artärrelaterade blodcirkulationsproblem eller blödartendens
- Buk-eller ljumskbråck
- Graviditet
- Vensmärtor
- Akuta sjukdomar och/eller feber
- Smärtor sär orsaken är okänd

- Använd bara apparaten till det den är avsedd för enligt bruksanvisningen, nämligen runt magen. En användning på andra kroppsdelar, som t.ex. ögon, hals, genitalier etc. är farligt och kan leda till allvarliga skador.
- Använd inget tillbehör som inte rekommenderats av tillverkaren.
- Undvik kontakt med spetsiga eller vassa föremål. Om utrustning används för andra syften än de som beskrivs i denna bruksanvisning förfaller garantin.
- Den här apparaten får inte användas av personer med nedsatt fysisk, sensorisk eller mental förmåga och/eller av personer som har för lite kännedom om apparaten om de inte står under uppsikt och instrueras av en annan ansvarig person. Detta gäller även för barn.
- Försök inte att reparera utrustningen på egen hand. Om detta görs förfaller garantin. Dessutom kan detta framkalla allvarliga faror (brand, elektriska stötar, skador). Låt endast auktoriserade serviceställen genomföra reparationer.
- Använd aldrig utrustningen när Ni badar eller duschar. Om vätska trots detta skulle tränga in i apparaten måste batterierna omedelbart tas ut. Apparaten får inte användas efter detta. Vänligen kontakta Er återförsäljare eller vårt servicekontor.
- Om Ni har diabetes eller andra sjukdomar bör Ni samråda med er läkare innan Ni använder utrustningen.
- Personer som har problem med känslighet får bara använda apparaten efter anvisning från läkare.

- Behandlingen skall vara behaglig. Avbryt omedelbart användningen om Ni känner smärta eller obehag och kontakta Er läkare.
- Terapier med **MEDISANA BOB** ersätter inte på något sätt diagnoser ställda av läkare eller behandlingar. Rådfråga läkare vid alla former av smärta eller sjukdom innan apparaten används.
- **MEDISANA BOB** får inte användas vid betjäning av maskiner eller vid bilkörning.
- När apparaten har tydliga skador på höljet, bältet, elektroderna eller LCD-enheten ska du skicka den till detaljhandeln eller direkt till **MEDISANA** servicecenter för reparation.
- Apparaten är avsedd för privat användning, inte för medicinskt eller kommersiellt nyttjande.
- Apparaten får inte användas i närheten av produkter som sänder ut kraftig, elektrisk strålning, som t.ex. radiosändare, mikrovågsugnar eller mobiltelefoner. Detta kan påverka funktionen (se "Elektromagnetisk kompatibilitet").
- Använd inte apparaten i närheten av värmekällor, antändliga eller explosiva material eller gaser.
- Apparaten får inte användas i utrymmen där det finns rent syre eller aerosoler (t.ex. från sprayflaskor).
- Eventuella smycken eller piercingar (t.ex. navelpiercingar) ska tas bort innan apparaten används. Det finns risk för brännskador!
- Apparaten är inte lämplig att användas tillsammans med andra apparater som sänder elektriska impulser till din kropp (t.ex. TENS-apparater).

Anvisningar beträffande elektroder

- Elektroderna får inte fästas på skadad hud.
- Apparaten får inte komma i kontakt med fukt. Ta av elektroderna innan du duschar, badar eller simmar.
- Uppträder hudirritationer så avbryt behandlingen och uppsök läkare.

2 Värt att veta

Vi tackar

Tack för Ert förtroende och hjärtliga gratulationer!
När du valde **MEDISANA magmuskel-stimulatorn BOB** skaffade du dig en kvalitetsprodukt från **MEDISANA**. Vi rekommenderar att du läser informationen om användning och skötsel längre ner noga så att du får det resultat du vill ha och har glädje av **MEDISANA magmuskel-stimulatorn BOB** under lång tid.

2.1 Leveransomfång och förpackning

Kontrollera först om apparaten är komplett och att den inte uppvisar några skador. I tveksamma fall ska apparaten inte tas i bruk utan skickas in till ett serviceställe.Följande delar skall medfölja vid leverans:

- 1 **MEDISANA Magmuskel-stimulator BOB**
- 3 batterier (typ AAA, LR03) 1,5V
- 1 bruksanvisning

Förpackningar kan återanvändas eller lämnas till återvinning. Se till att förpackningsmaterial som inte längre behövs tas omhand på korrekt sätt. Upptäcks skador när produkten packas upp så kontakta omgående inköpsstället.



VARNING
Se till att förpackningsmaterial i plast hanteras utom räckhåll för barn. Kvävningsrisk!

2.2 Apparatens arbetssätt

MEDISANA magmuskel-stimulatorn BOB arbetar enligt principen för elektrisk muskelstimulering (EMS). Kroppens magmuskler stimuleras genom mjuka elektriska impulser utan belastning på senor och leder. Detta leder till lätta muskelsammandragningar som kan främja muskulaturen "passivt" (= utan självständigt utförd rörelse). Detta kan komma till nytta t.ex. efter operationer för att stärka den försvagade muskulaturen, vid ensidigt eller bristfälligt tränade eller spända magmuskler eller som uppvärmning före sportaktiviteter. Den här typen av muskelfiberstimulering används redan sedan flera år av professionella idrottsmän, ambitiösa fritidsidrottare och inom rehabiliteringen för att få kroppen att prestera mera, för att minska skaderisken och för att hålla kvar rörligheten. Utjämningen av muskulär obalans och åtstramningen av huden leder dessutom till ett attraktivare yttre.

2.3 Lägga i/byta batterier

Säkerställ att apparaten är avstängd. Ta ut visningsenheten ur hållaren ⓭. Detta gör man enklast genom att trycka lätt på baksidan av bältet och ta bort visningsenheten genom att plocka upp den ur hållaren ⓭. Skjut locket till batterifacket ❺, bak på visningsenheten, neråt i pilriktningen och lägg i de medföljande batterierna (3 batterier typ AAA, LR03 1,5V) enligt polaritetsmarkeringen i batterifacket. Stäng batterifacket genom att skjuta på locket ❺ igen tills det hakar fast. Sätt tillbaka visningsenheten i hållaren ⓭ och se till att de magnetiska elektrodanslutningarna ❷ ”klickar ihop“ exakt med magbältets elektrosanslutningar ⓬. Byt batterierna när batteribytessymbolen ❼ syns i displayen, eller när det inte syns någonting alls i displayen efter att apparaten slagits på. Använd alltid samma sorts batterier (AAA, LR03 1,5V) vid batteribytet.



VARNING
SÄKERHETSANVISNINGAR FÖR BATTERI

- **Montera inte isär batterierna!**
- **Ta genast ut tomma batterier ur apparaten!**
- **Risk för läckage - undvik kontakt med hud, ögon och slemhinnor! Om du får batterisyra på något av ovanstående ställen: skölj genast rikligt med rent vatten och kontakta läkare!**
- **Kontakta läkare omedelbart om någon råkar svälja ett batteri!**
- **Byt alltid ut samtliga batterier samtidigt!**
- **Använd endast batterier av samma typ; blanda inte olika typer eller förbrukade och nya batterier!**
- **Sätt in batterierna rätt; beakta polariteten!**
- **Ta ut batterierna ur apparaten om den inte ska användas under en längre tid!**
- **Förvara batterierna utom räckhåll för barn!**
- **Ladda inte batterierna! Explosionsrisk!**
- **Se till att batterierna inte kortsluts! Explosionsrisk!**
- **Släng inte batterierna i öppen eld! Explosionsrisk!**
- **Släng inte batterierna bland hushållssoporna; lämna in dem till ett insamlingsställe för farligt avfall/batterier!**

3.1 Ta på magbältet

Säkerställ att **MEDISANA magmuskel-stimulatorn BOB** är ren och torr innan du tar på bältet. Huden ska vara fri från fukt, krämer o.d. för optimala resultat. Lägg magbältet runt midjan på sådant sätt att elektroderna ligger på magen (ungefär med naveln i mitten). Stäng karborreförslutningen. Bältet består av flexibelt material som passar olika midjemått. Det ska sitta fast ordentligt för att man ska få en bra kontakt mellan elektroder och hud, men det får inte vara för hårt tilldraget. Bältet är bara lämpligt för användning runt magen.





VARNING

- **Säkerställ att apparaten är avstängd innan magbältet tas på!**
- **Använd bara magbältet på det beskrivna sättet, lagt runt midjan. En användning på andra kroppsdelar kan leda till allvarliga personskador!**
- **Stäng av apparaten innan du tar av bältet!**

3.2 Använda

Tryck in På-/öka intensitet-knappen ▲ ❸ för att starta apparaten. Det hörs två korta signaler och i LCD-displayen ❶ visas det senast använda programnumret och och hur länge programmet höll på, t.ex.



Välj nu ett program genom att trycka på Av-/minska intensitet ▼ / programvals-knappen ❹. Följande program finns att välja på:

Program nr.	Total-period (min.)	Impulsbredd (µsec)	Indelade tidsavsnitt	Frekvens (Hz)
1	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	45
			9 Min.	60
			2 Min.	30
2	**22**	**200**	2 Min.	30
			9 Min.	60
			9 Min.	80
			2 Min.	30

Fortsättning-->

<table>
<tr><th>Program nr.</th><th>Total-period (min.)</th><th>Impulsbredd (µsec)</th><th>Indelade tidsavsnitt</th><th colspan="2">Frekvens (Hz)</th></tr>
<tr><td rowspan="3">3</td><td rowspan="3">22</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>18 Min.</td><td colspan="2">45</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">4</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>27 Min.</td><td colspan="2">60</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">5</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td>27 Min.</td><td colspan="2">80</td></tr>
<tr><td>2 Min.</td><td colspan="2">30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">6</td><td rowspan="3">25</td><td rowspan="3">200</td><td>2 Min.</td><td colspan="2">6</td></tr>
<tr><td>20 Min.</td><td>45</td><td>4</td></tr>
<tr><td>3 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td rowspan="3">7</td><td rowspan="3">32</td><td rowspan="3">200</td><td>5 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td>17 Min.</td><td>50</td><td>9</td></tr>
<tr><td>10 Min.</td><td colspan="2">3</td></tr>
<tr><td rowspan="3">8</td><td rowspan="3">34</td><td rowspan="3">200</td><td>5 Min.</td><td colspan="2">5</td></tr>
<tr><td>19 Min.</td><td>50</td><td>9</td></tr>
<tr><td>10 Min.</td><td colspan="2">3</td></tr>
<tr><td>9</td><td>20</td><td>180</td><td>20 Min.</td><td colspan="2">80</td></tr>
<tr><td>10</td><td>20</td><td>150</td><td>20 Min.</td><td colspan="2">100</td></tr>
</table>

Programmen skiljer sig åt i de separata träningsimpulsernas frekvens och period . Den totala tiden för ett program delas in i olika långa avsnitt med stimuleringsströmfrekvenser som är anpassade till varandra. Lägre frekvensområden (ca 2 Hz till 40 Hz) är snarare lämpliga till muskel-uppmjukning och högre frekvenser är till för muskelstimulering. Impuls-bredden anger hur länge strömimpulsflödet pågår under användningen. Ju högre impulsbredd, desto kraftigare muskelfiberstimulering. Lägre impulsbredder passar därför bättre till uppvärmning resp. till lätt upp-mjukning. Precis som vid fysisk kraftträning med vikter så är det me-ningsfullt att växla mellan muskelstimulering och riktad avslappningsfas vid varje träning. Detta skonar muskulaturen och möjliggör dessutom en effektivare träningsutformning. Hos de tio programmen som kan väljas är därför olika frekvenser och tidsavsnitt inlagda för applikationen och apparaten arbetar igenom dessa automatiskt. Intensiteten kan dessutom ställas in manuellt i 25 steg medan **MEDISANA magmuskel-stimulatorn BOB** används (se *"3.3 Ställa in intensiteten"*).
Du kan gå igenom de tio programmen under flera veckor. Du börjar med program 1 på ett lägre intensitetssteg den första veckan och ökar långsamt träningsintensiteten i takt med magmuskulaturens tilltagande prestationsförmåga och övergår till högre program. Du kan naturligtvis även välja programmet och intensiteten enligt vad du själv vill ha och i vilken form du är. Tänk på att du inte ska använda apparaten mer än en gång om dagen i början. Från vecka två kan du öka användningen men det ska alltid gå minst fem timmar mellan de olika träningstillfällena. När du har valt ett program trycker du på På-/öka intensitet-knappen▲ ❸för att starta användningen.



Information

Apparaten startar bara emissionen av strömimpulser när det finns korrekt kroppskontakt. Om den inte fastställs hörs en längre signal och apparaten befinner sig i programvalsläge igen. Undersök då om du har tagit på magbältet på rätt sätt.

Den visade programtiden räknas nu ner (countdown) till 0. Du känner ev. lätta stickningar under användningen . Med ökande intensitet känner du muskelsammandragningar hos magmuskulaturen och detta försvinner mjukt igen efter några få sekunder. När tiden har gått hörs två signaler (en kort och en längre) och emissionen av strömimpulser stoppas. Du kan även avbryta användningen manuellt genom att trycka in och hålla kvar Av-/minska intensitet–knappen ▼ ❹ tills apparaten stänger av sig med två signaler eller genom att trycka flera gånger på knappen tills intensiteten står på lägsta nivån (1). Ytterligare en knapptryckning gör då att strömimpulsmatningen stoppas.

3.3 Ställa in intensiteten

Med knapparna ▲❸ och▼❹ kan du justera intensiteten i 25 steg under användningen. Det går alltid att minska intensiteten med knappen ▼❹. Har du nått det lägsta steget (1) och trycker på knappen▼❹igen så stänger apparaten av strömimpulsmatningen. Trycker du knappen ▲❸ ökas intensiteten med ett steg i taget (max. till 25). För att förhindra oavsiktliga intensitetsökningar kopplar apparaten in knapplåset om inga knappar tryckts in under ca 5 sekunder. I samma ögonblick slocknar displaybelysningen och symbolen ⊶ ❻ visas i LCD-displayen ❶ . För att ta bort knapplåset måste knappen ▼❹ tryckas in. Den sänker samtidigt intensiteten med ett steg (eller stänger av strömimpulsmatningen om steg 1 redan var inställt). Det går bara att öka intensitetsstegen när knapplåset inte är aktiverat. Ställ alltid in intensiteten på en nivå där du tycker att det är behagligt.



VARNING

Om du upplever användningen som obehaglig ska du sänka intensiteten. Fortsätter användningen att vara obehaglig, att g öra ont eller att irritera huden ska du avbryta den direkt och rådfråga din läkare.

3.4 Automatisk avstängning

Om ingen knapp trycks in under 2 minuter i programvalsläget så stänger apparaten av sig automatiskt. Under användningen på huden kontrollerar apparaten ständigt om det fortfarande finns tillräcklig hudkontakt. Är detta inte fallet så avslutas strömimpulsmatningen automatiskt och apparaten befinner sig i programvalsläge.

4.1 Rengöring och vård

- Ta ur batterierna innan rengöring.
- Använd aldrig aggressiva rengöringsmedel eller starka borstar.
- Gör ren apparaten med mjuk trasa som fuktats lätt med såplut. Dränk aldrig apparaten i vatten och se till att inte vatten tränger in. Återanvänd apparaten först när den är helt torr.
- Kontrollera före varje användning om de båda runda elektrodfästena på baksidan av bältet är fria från smuts och att de inte är skadade på något sätt. Använd inte apparaten om du är osäker utan kontakta servicestället.
- *Säkerhetsteknisk kontroll (gäller för den yrkesmässiga användningen):* Tillverkaren har ställt in apparaten på två år. Den säkerhetstekniska kontrollen måste utföras senast vartannat år vid yrkesmässig användning.

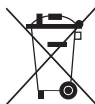


OBSERVERA

Vatten får inte tränga in i apparaten!

- Förvara apparaten på en torr, sval plats.

4.2 Hänvisning gällande avfallshantering



Denna apparat får inte kastas i hushållssoporna.
Varje konsument måste lämna in alla elektriska eller elektroniska apparater till motsvarande insamlingsställen, oberonde av om apparaterna innehåller skadliga ämnen eller ej, så att de kan omhändertas på ett miljövänligt sätt. Ta alltid ut batterierna innan Ni kastar apparaten. Kasta inte förbrukade batterier i hushållssoporna utan lämna dem till återvinningsstation eller till batteriinsamling i fackhandeln.
Kontakta kommunen eller återförsäljaren för att få information om återvinning.

4.3 Direktiv och standarder

Den här apparaten uppfyller riktlinjerna i EU-standarden för nerv- och muskelstimuleringsutrustningar. Den är certifierad enligt EG-direktiv och försedd med CE-märkningen (överensstämmelsemärkning) “CE 0297“. EMC-apparaten uppfyller de europeiska standarderna EN 60601-1, EN 60601-1-2 och EN 60601-2-10. Riktlinjerna i rådets EU-direktiv “93/42/ EEG från 14 juni 1993 beträffande medicintekniska produkter är uppfyllda.
Elektromagnetisk kompatibilitet:
Apparaten uppfyller kraven i standarden EN 60601-1-2 för elektromagnetisk kompatibilitet. Du hittar detaljer om dessa mätdata på **MEDISANA**-webbplatsen: **www.medisana.com**.

4.4 Teknisk Data

Namn och modell:	**MEDISANA Magmuskel-stimulator BOB**
Spänningsförsörjning:	3 x batterier (typ AAA, LR03) 1,5V
Kanaler:	1
Kurvform:	Tvåfasig rektangelform
Impulsbredd:	150 - 200 µs
Frekvens:	3 Hz ~ 100 Hz
Utgångsspänning:	0 - 45V (vid 500 Ohm last), regleringsbar
Användningstid:	20 till 34 minuter max.
Driftsförutsättningar:	5°C till 40°C vid 30% till 75% relativ luftfuktighet
Förvaringsförutsättningar:	-10°C till 50°C vid 20% till 93% relativ luftfuktighet
Mått ca:	110 x 14,4 x 2,2 cm
Vikt ca:	230 g
Artikelnr.:	88320
EAN-nummer:	40 15588 88320 0



Som följd av ständigt pågående produktförbättringar förbehåller vi oss rätten till tekniska förändringar samt förändringar i utförande.

Garanti och förutsättningar för reparationer

Kontakta inköpsstället vid garantifrågor, eller tag kontakt med kundtjänst direkt. Måste produkten skickas in så bifoga uppgifter om defekten samt en kopia av inköpskvittot.

Följande garantiförutsättningar gäller:

1. På **MEDISANA** produkter lämnas tre års garanti, från inköpsdatum. Inköpsdatum ska vid garantiförehavanden förevisas med inköpskvitto eller faktura.

2. Felaktigheter på grund av material- eller tillverkningsfel åtgärdas kostnadsfritt under garantiperioden.

3. Utförande av garantiåtagande leder inte till förlängning av garantiperioden; detta gäller för själva produkten så väl som för utbytta komponenter.

4. Garantin gäller inte för:
- **a.** Alla skador som uppkommer på grund av felaktig hantering, t.ex. vid icke beaktande av bruksanvisningen.
- **b.** Skador som kan härledas till iordningsställande eller ingrepp utförda av köparen eller annan, ej auktoriserad, person.
- **c.** Transportskador som uppkommit under transport från tillverkaren till användaren eller vid insändning till kundtjänst.
- **d.** Tillbehör som utsätts för normalt slitage.

5. Ansvar för direkta eller indirekta följdskador som förorsakas av produkten är uteslutet, även om skadan på produkten godkänns som garantiåtagande.


MEDISANA AG
Jagenbergstraße 19
41468 NEUSS
Tyskland
eMail: info@medisana.de
Internet: www.medisana.de

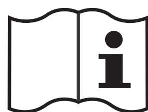
Service-adresserna finns på en separat bilaga.



ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΥΠΟΔΕΙΞΕΙΣ ! ΦΥΛΑΞΤΕ ΤΙΣ ΟΠΩΣΔΗΠΟΤΕ!

Πριν χρησιμοποιήσετε τη συσκευή μελετήστε προσεκτικά τις οδηγίες χρήσης και ιδιαίτερα τις οδηγίες ασφαλείας και φυλάξτε το εγχειρίδιο για μελλοντική χρήση. Όταν δίνετε τη συσκευή σε άλλα άτομα, δώστε μαζί και αυτό το εγχειρίδιο χρήσης.

Επεξήγηση συμβόλων



Αυτό το εγχειρίδιο οδηγιών ανήκει σε αυτήν τη συσκευή. Περιλαμβάνει σημαντικές πληροφορίες για την έναρξη της λειτουργίας και τη μεταχείριση. Μελετήστε ολόκληρο το εγχειρίδιο οδηγιών. Αν δεν τηρηθούν οι οδηγίες αυτού του εγχειριδίου, μπορούν να προκληθούν σοβαροί τραυματισμοί ή και ζημιές στη συσκευή.



ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ
Αυτές οι προειδοποιητικές υποδείξεις πρέπει να τηρηθούν ώστε να αποφευχθούν οι πιθανοί τραυματισμοί του χρήστη.



ΠΡΟΣΟΧΗ
Αυτές οι υποδείξεις πρέπει να τηρηθούν ώστε να αποφευχθούν οι πιθανές ζημιές στη συσκευή.



ΥΠΟΔΕΙΞΗ
Αυτές οι υποδείξεις σας δίνουν πρόσθετες χρήσιμες πληροφορίες για την εγκατάσταση και τη λειτουργία.



Ταξινόμηση της συσκευής: τύπος BF



Αριθμός LOT



Παραγωγόσ



Ημερομηνία κατασκευής



1.1 Οδηγίες για την ασφάλεια

Προσδιορισμός χρήσης:
Η συσκευή αυτή προορίζεται για εξωτερική χρήση σε υγιή ενήλικα άτομα. Πρόκειται για μια ειδικά σχεδιασμένη συσκευή διέγερσης των κοιλιακών μυών που διαθέτει τους ακόλουθους τρόπους δράσης:
- Βελτίωση της ροής του αίματος στην περιοχή εφαρμογής
- Χαλάρωση των συσπασμένων κοιλιακών μυών
- Ενδυνάμωση των κοιλιακών μυών
- Διατήρηση ή βελτίωση της κινητικότητας

Αντενδείξεις:
Η συσκευή αυτή δεν ενδείκνυται για παιδιά. Η χρήση της συσκευής απαγορεύεται επίσης σε:
- Εξοιδήσεις, φλεγμονές, εγκαύματα, τραυματισμούς, εξανθήματα ή ευαίσθητα σημεία της περιοχής εφαρμογής (π.χ. φλεβίτιδα, θρομβοφλεβίτιδα, κιρσώδης φλέβα κλπ.)
- Εμφυτευμένο βηματοδότη, άλλων εμφυτευμάτων ή προσθετικών μετάλλων στο σώμα
- Καρκινικά νοσήματα
- Ακανόνιστο καρδιακό ρυθμό ή καρδιακές παθήσεις (π.χ. αρρυθμίες ή βλάβες του μυοκαρδίου)
- Επιληψία
- Αρτηριακά προβλήματα αιμάτωσης ή τάση προς αιμορραγία
- Κοιλιακή ή βουβωνική κήλη
- Εγκυμοσύνη
- Ωδίνες
- Οξείες ασθένειες ή/και πυρετός
- Πόνοι άγνωστης προέλευσης

- Χρησιμοποιείτε τη συσκευή μόνο σύμφωνα με την προβλεπόμενη χρήση που αναφέρεται στις οδηγίες χρήσης και μόνο τοποθετημένη γύρο από την κοιλιά. Η χρήση σε άλλα μέρη του σώματος, όπως π.χ. οφθαλμούς, λαιμό, γεννητικά όργανα κλπ. είναι επικίνδυνη και μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρούς τραυματισμούς.
- Μην Χρησιμοποιείτε πρόσθετα εξαρτήματα, τα οποία δεν προτείνονται από τον κατασκευαστή.
- Αποφεύγετε την επαφή με αιχμυρά ή κοφτερά Σε περίπτωση χρήσης αντίθετης του προορισμού η εγγυητική αξίωση.
- Απαγορεύεται η χρήση της συσκευής από άτομα (συμπεριλαμβανομένων παιδιών) με περιορισμένες φυσικές ή πνευματικές ικανότητες, έλλειψη αισθήσεων, εμπειρίας και/ή γνώσης, εάν δεν επιτηρούνται για την ασφάλειά τους από κάποιο αρμόδιο άτομο που θα τους δίνει οδηγίες για τη χρήση της συσκευής.
- Σε περίπτωση βλάβης μην επιδισρθώνετε τη συσκευή μόνοι σας και μην τη χρησιμοποιείτε. Ρωτήστε τον αντιπρόσωπο και δώστε τη συσκευή για επισκευή σε ένα εξουσιοδοτημένο συνεργείο.
- Μη χρησιμοποιείτε τη συσκευή μασάζ σε υγρούς χώρους (π.χ. κατά το λουτρό ή το ντους). Σε περίπτωση όμως διεισδύσει υγρο στη συσκευη, πρέπει να απομακρυνθούν αμέσως οι μπαταρίες και να αποκλειστεί κάθε περαιτέρω εφαρμογή. Για την αποφυγή τραυματισμών, στείλτε τη συσκευή για επισκευή στο τμήμα σέρβις.
- Σε περίπτωση σακχαρώδους διαβήτη ή άλλης ασθένειας θα πρέπει να απευθυνείτε στον ιατρό σας πριν σρησιμοποιήσετε τη συσκευη.
- Τα άτομα που διαθέτουν διαταραγμένη ή περιορισμένη αισθαντικότητα μπορούν να χρησιμοποιήσουν τη συσκευή μόνο κατόπιν ιατρικής εντολής.

- Εάν αισθάνεστε για μεγάλο χρονικό διάστημα πόνους στους μύες ή στις αρθρώσεις, ενημερώστε σχετικά το γιατρό σας. Πόνοι που επιμένουν για μεγάλο χρονικό διάστημα ενδέχεται να είναι συμπτώματα κάποιας σοβαρής πάθησης.
- Οι θεραπείες με τη συσκευή **MEDISANA BOB** δεν αντικαθιστούν την ιατρική διάγνωση ή θεραπεία. Σε περιπτωση πόνων ή ασθενειών απευθυνθείτε στον ιατρό σας πριν χρησιμοποιήσετε τη συσκευή.
- Κατά τη διάρκεια χειρισμού μιας μηχανής ή κατά τη διάρκεια οδήγησης σχήματος δεν επιτρέπεται γίνεται χρήση της συσκευής **MEDISANA BOB**.
- Όταν η συσκευή εμφανίζει ορατές ζημιές στο περίβλημα, τη ζώνη, τα ηλεκτρόδια ή την οθόνη ένδειξης LCD, αποστείλετέ την για επισκευή στον εξειδικευμένο σας έμπορο ή απευθείας στο κέντρο εξυπηρέτησης της **MEDISANA**.
- Η συσκευή προορίζεται για ιδιωτική (προσωπική) χρήση και όχι για ιατρική ή εμπορική χρήση.
- Απαγορεύεται η χρήση της συσκευής σε χώρους όπου λειτουργούν άλλες συσκευές, οι οποίες εκπέμπουν ισχυρή ηλεκτρική ακτινοβολία, όπως π.χ. ραδιοπομποί, μικροκύματα ή κινητά τηλέφωνα. Εξαιτίας αυτών μπορεί να επηρεαστεί η λειτουργία της συσκευής (βλέπε «Ηλεκτρομαγνητική συμβατότητα».
- Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή κοντά σε εστίες θερμότητας, εύφλεκτες ή εκρηκτικές ύλες ή αέρια.
- Απαγορεύεται η χρήση της συσκευής σε χώρους με καθαρό οξυγόνο ή αερολύματα (π.χ. από φιάλες ψεκασμού).
- Κοσμήματα ή piercings (π.χ. piercing αφαλού) θα πρέπει να αφαιρούνται πριν από τη χρήση της συσκευής. Υπάρχει κίνδυνος εγκαυμάτων!
- Η συσκευή δεν είναι κατάλληλη για παράλληλη χρήση με άλλες συσκευές, οι οποίες διαβιβάζουν ηλεκτρικούς παλμούς στο σώμα σας (π.χ. συσκευές TENS).

Υποδείξεις σχετικά με τα ηλεκτρόδια

- Τα ηλεκτρόδια, δεν επιτρέπεται να έρχονται σε επαφή με ανοιχτά σημεία της επιδερμίδας.
- Η συσκευή να μην έλθει σε επαφή με υγρασία. Αφαιρέστε τα ηλεκτρόδια πριν από το ντους, το μπάνιο ή το κολύμπι.
- Σε περίπτωση που σημειωθουν ερεθισμοί του δέρματος, διακόψτε τη θεραπεία και απευθυνείτε στον ιατρό σας.

2 Χρήσιμες πληροφορίες

Σας ευχαριστούμε

Σας ευχαριστούμε πολύ για την εμπιστοσύνη σας και σας ευχόμαστε καλή επιτυχία! Με τη **συσκευή διέγερσης κοιλιακών μυών BOB της MEDISANA** αποκτήσατε ένα προϊόν άριστης ποιότητας της εταιρίας **MEDISANA**. Για να έχετε την επιθυμητή επιτυχία και μακροχρόνια χρήση της **συσκευής διέγερσης κοιλιακών μυών BOB της MEDISANA**, σας συνιστούμε να διαβάσετε με προσοχή τις ακόλουθες οδηγίες για τη χρήση και τη φροντίδα του προϊόντος.

2.1 Περιεχόμενο παράδοσης και συσκευασία

Ελέγξτε αρχικά την πληρότητα της συσκευής και δεν παρουσιάζει καμία ζημιά. Σε περίπτωση αμφιβολίας μη θέτετε τη συσκευή σε λειτουργία και στείλτε τη στο τμήμα σέρβις για επισκευή.
Το περιεχόμενο παράδοσης συμπεριλαμβάνει:

- 1 **MEDISANA Συσκευή διέγερσης κοιλιακών μυών BOB**
- 3 μπαταρίες (AAA, LR03) 1,5V
- 1 οδηγία χρήσης

Οι συσκευασίες είναι επαναχρησιμοποιήσιμες ή μπορούν να ανακυκλωθούν στον κύκλο πρώτων υλών. Σας παρακαλούμε να αποσύρετε το υλικό συσκευασίας που δεν χρησιμοποιείται πλέον σύμφωνα με τους κανονισμούς. Σε περίπτωση που κατά την αφαίρεση της συσκευής από τη συσκευασία διαπιστώσετε κάποια βλάβη οφειλόμενη στη μεταφορά, παρακαλούμε να απευθυνθείτε αμέσως στον έμπορο σας.



ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Κρατήστε το υλικό συσκευασίας μακριά από παιδιά. Υπάρχει κίνδυνος ασφυξίας!

2.2 Ο τρόπος λειτουργίας της συσκευής

Η **συσκευή διέγερσης κοιλιακών μυών BOB της MEDISANA** λειτουργεί με τη μέθοδο της ηλεκτρικής διέγερσης μυών (EMS). Μέσω απαλών ηλεκτρικών παλμών και χωρίς την επιβάρυνση των τενόντων και των κλειδώσεων διεγείρονται οι κοιλιακοί μύες στο σώμα. Αυτό οδηγεί σε ελαφριές μυϊκές συστολές, οι οποίες μπορούν να ενδυναμώσουν «παθητικά» (= χωρίς ιδία κίνηση) το μυϊκό σύστημα. Αυτό μπορεί να είναι χρήσιμο π.χ. μετά από επεμβάσεις για την ενδυνάμωση του χαλαρωμένου μυϊκού συστήματος, σε μονόπλευρα ή κακώς γυμνασμένων ή πιασμένων κοιλιακών μυών ή για την προθέρμανση πριν από αθλητική δραστηριότητα. Αυτό το είδος της διέγερσης μυϊκών ινών χρησιμοποιείται εδώ και πολλά χρόνια από επαγγελματίες αθλητές, φιλόδοξους ερασιτέχνες αθλητές καθώς και στη διαδικασία αποκατάστασης για να είναι το σώμα αποδοτικότερο, να μειώνεται ο κίνδυνος τραυματισμού και να διατηρείται η κινητικότητα. Η εξισορρόπηση των μυϊκών ανισορροπιών και η σύσφιξη του δέρματος οδηγούν επιπλέον και σε μια ελκυστικότερη εξωτερική εμφάνιση.

2.3 Τοποθέτηση/ απομάκρυνση μπαταριών

Σιγουρευτείτε ότι η συσκευή είναι απενεργοποιημένη. Αφαιρέστε τη μονάδα ένδειξης από την υποδοχή ⓭. Αυτό γίνεται ευκολότερα, κινώντας τη μονάδα ένδειξης με ελαφριά πίεση στην πίσω πλευρά μακριά από τη ζώνη και έπειτα προς τα πάνω έξω από την υποδοχή ⓭. Σπρώξτε το κάλυμμα της θήκης μπαταριών ❺ στο πίσω μέρος της μονάδας ένδειξης στη κατεύθυνση του βέλους προς τα κάτω και τοποθετήστε τις μπαταρίες που περιέχονται (3 μπαταρίες τύπου AAA, LR03 1,5V) σύμφωνα με τη σήμανση πολικότητας στη θήκη. Κλείστε τη θήκη μπαταριών σπρώχνοντας και πάλι το κάλυμμα της θήκης ❺, έως ότου ασφαλίσει. Τοποθετήστε τη μονάδα ένδειξης και πάλι στην υποδοχή ⓭, έως ότου οι μαγνητικοί σύνδεσμοι ηλεκτροδίων ❷ κλειδώσουν με τους συνδέσμους ηλεκτροδίων της κοιλιακής ζώνης ⓬. Αντικαταστήσετε τις μπαταρίες, όταν στην οθόνη εμφανιστεί το σύμβολο αντικατάστασης μπαταριών ❼ ή όταν εμφανίζεται μια κενή οθόνη αφού ενεργοποιηθεί η συσκευή. Κατά την αντικατάσταση μπαταριών χρησιμοποιείτε πάντα μπαταρίες του ίδιου τύπου (AAA, LR03 1,5V).



ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ
ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΗΣ ΜΠΑΤΑΡΙΑΣ

- **Μην αποσυναρμολογείτε τις μπαταρίες!**
- **Αφαιρείτε άμεσα από τη συσκευή τις άχρηστες μπαταρίες!**
- **Αυξημένος κίνδυνος διαρροής, αποφεύγετε την επαφή με το δέρμα, τα μάτια και τους βλεννογόνους! Σε περίπτωση που έρθετε σε επαφή με οξέα μπαταριών ξεπλύνετε αμέσως το προσβλημένο σημείο με καθαρό νερό και συμβουλευτείτε έναν γιατρό!**
- **Αν καταπιείτε μία μπαταρία τότε συμβουλευτείτε αμέσως έναν γιατρό!**
- **Πάντα να αντικαθιστάτε όλες τις μπαταρίες ταυτόχρονα!**
- **Να χρησιμοποιείτε μόνο μπαταρίες του ίδιου τύπου! Να μην χρησιμοποιείτε μπαταρίες διαφορετικού τύπου ούτε και**

Συνέχεια-->

χρησιμοποιημένες μαζί με καινούργιες!
- **Τοποθετείτε τις μπαταρίες σωστά, προσέχετε την πολικότητα!**
- **Ο χώρος των μπαταριών πρέπει να παραμένει καλά σφραγισμένος!**
- **Αφαιρείτε τις μπαταρίες από τη συσκευή αν δεν πρόκειται να τη χρησιμοποιήσετε για μεγάλο διάστημα!**
- **Κρατάτε τις μπαταρίες μακριά από τα παιδιά!**
- **Μην επαναφορτίζετε τις μπαταρίες! Υπάρχει κίνδυνος έκρηξης!**
- **Μην τις βραχυκυκλώνετε! Υπάρχει κίνδυνος έκρηξης!**
- **Μην τις πετάτε στην φωτιά! Υπάρχει κίνδυνος έκρηξης!**
- **Αποθηκεύετε τις αχρησιμοποίητες μπαταρίες στη συσκευασία και όχι κοντά σε μεταλλικά αντικείμενα, για να αποφευχθεί η περίπτωση βραχυκυκλώματος!**
- **Μην πετάτε τις άχρηστες μπαταρίες στα οικιακά απορρίμματα, αλλά στα ειδικά απορρίμματα ή στα σημεία συλλογής στα ειδικάκαταστήματα!**

3 Εφαρμσγή

3.1 Τοποθέτηση της κοιλιακής ζώνης

Πριν τοποθετήσετε την κοιλιακή ζώνη σιγουρευτείτε ότι η **συσκευή διέγερσης κοιλιακών μυών BOB της MEDISANA** είναι καθαρή και στεγνή. Το δέρμα θα πρέπει να είναι ελεύθερο από υγρασία, κρέμες κλπ., ώστε να επιτευχθούν ιδανικά αποτελέσματα. Τοποθετήστε την κοιλιακή ζώνη με τέτοιον τρόπο γύρω από τη μέση σας, ώστε τα ηλεκτρόδια να βρίσκονται (περίπου με τον αφαλό στη μέση) πάνω στην κοιλιακή χώρα. Κουμπώστε το κλείδωμα σκρατς. Η ζώνη αποτελείται από εύκαμπτο υλικό, το οποίο ενδείκνυται για διαφορετικές περιφέρειες μέσης. Κατά κανόνα η ζώνη πρέπει να κάθεται σφιχτά, ώστε να εξασφαλίζεται μια καλή επαφή μεταξύ των ηλεκτροδίων και του δέρματος, χωρίς όμως να σφίγγει. Η ζώνη είναι κατάλληλη αποκλειστικά για χρήση γύρω από την κοιλιά.

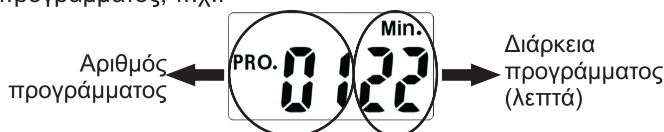




ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!
- **Σιγουρευτείτε πριν από την τοποθέτηση της ζώνης ότι η συσκευή είναι απενεργοποιημένη!**
- **Χρησιμοποιείτε την κοιλιακή ζώνη μόνο όπως περιγράφεται και πάντα τοποθετημένη γύρω από τη μέση. Η χρήση σε άλλα σημεία του σώματος μπορεί να προκαλέσει σοβαρούς τραυματισμούς!**
- **Απενεργοποιήστε τη συσκευή πριν αφαιρέσετε τη ζώνη!**

3.2 Χρήση

Πιέστε το πλήκτρο ενεργοποίησης / αύξησης της έντασης ▲ ❸ για να ενεργοποιήσετε τη συσκευή. Στη συνέχεια εκπέμπονται δύο σύντομοι ήχοι και στην οθόνη ένδειξης LCD ❶ εμφανίζεται ο αριθμός προγράμματος που εκτελέστηκε τελευταία και η αντίστοιχη διάρκεια του προγράμματος, π.χ.:



Επιλέξτε πιέζοντας το πλήκτρο απενεργοποίησης / μείωσης έντασης / επιλογής προγράμματος ▼ ❹ ένα πρόγραμμα. Τα ακόλουθα προγράμματα είναι επιλέξιμα:

<table>
<tr><th>Αριθμός προγράμματος</th><th>Συνολική διάρκεια (λεπτά)</th><th>Εύρος παλμών (μsec)</th><th>Διαχωρισμένα χρονικά διαστήματα</th><th>Συχνότητα (Hz)</th></tr>
<tr><td rowspan="4">1</td><td rowspan="4">22</td><td rowspan="4">200</td><td>2 λεπτά</td><td>30</td></tr>
<tr><td>9 λεπτά</td><td>45</td></tr>
<tr><td>9 λεπτά</td><td>60</td></tr>
<tr><td>2 λεπτά</td><td>30</td></tr>
<tr><td rowspan="4">2</td><td rowspan="4">22</td><td rowspan="4">200</td><td>2 λεπτά</td><td>30</td></tr>
<tr><td>9 λεπτά</td><td>60</td></tr>
<tr><td>9 λεπτά</td><td>80</td></tr>
<tr><td>2 λεπτά</td><td>30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">3</td><td rowspan="3">22</td><td rowspan="3">200</td><td>2 λεπτά</td><td>30</td></tr>
<tr><td>18 λεπτά</td><td>45</td></tr>
<tr><td>2 λεπτά</td><td>30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">4</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 λεπτά</td><td>30</td></tr>
<tr><td>27 λεπτά</td><td>60</td></tr>
<tr><td>2 λεπτά</td><td>30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">5</td><td rowspan="3">31</td><td rowspan="3">200</td><td>2 λεπτά</td><td>30</td></tr>
<tr><td>27 λεπτά</td><td>80</td></tr>
<tr><td>2 λεπτά</td><td>30</td></tr>
<tr><td rowspan="3">6</td><td rowspan="3">25</td><td rowspan="3">200</td><td>2 λεπτά</td><td>6</td></tr>
<tr><td>20 λεπτά</td><td>45 | 4</td></tr>
<tr><td>3 λεπτά</td><td>5</td></tr>
<tr><td rowspan="3">7</td><td rowspan="3">32</td><td rowspan="3">200</td><td>5 λεπτά</td><td>5</td></tr>
<tr><td>17 λεπτά</td><td>50 | 9</td></tr>
<tr><td>10 λεπτά</td><td>3</td></tr>
<tr><td rowspan="3">8</td><td rowspan="3">34</td><td rowspan="3">200</td><td>5 λεπτά</td><td>5</td></tr>
<tr><td>19 λεπτά</td><td>50 | 9</td></tr>
<tr><td>10 λεπτά</td><td>3</td></tr>
<tr><td>9</td><td>20</td><td>180</td><td>20 λεπτά</td><td>80</td></tr>
<tr><td>10</td><td>20</td><td>150</td><td>20 λεπτά</td><td>100</td></tr>
</table>

Τα προγράμματα διαφέρουν ως προς τη συχνότητα και τη διάρκεια των μεμονωμένων παλμών προπόνησης. Η συνολική διάρκεια ενός προγράμματος κατανέμεται σε ξεχωριστά διαστήματα με διαφορετική διάρκεια και συντονισμένες μεταξύ τους συχνότητες ρεύματος διέγερσης. Οι χαμηλές περιοχές συχνοτήτων (περ. 2 Hz έως 40 Hz) ενδείκνυνται περισσότερο για τη χαλάρωση των μυών και οι υψηλότερες περιοχές συχνοτήτων για τη διέγερση των μυών. Το εύρος των παλμών δείχνει τη διάρκεια της ροής παλμικού ρεύματος στη διάρκεια της εφαρμογής. Όσο υψηλότερο το εύρος των παλμών, τόσο πιο έντονη είναι η διέγερση των μυϊκών ινών. Το χαμηλότερο εύρος παλμών ενδείκνυται ως εκ τούτου περισσότερο για την προθέρμανση ή την απαλή χαλάρωση. Όπως στη φυσική μυϊκή προπόνηση με βάρη, η εναλλαγή μεταξύ ερεθισμάτων μυϊκής διέγερσης και διαστημάτων χαλάρωσης είναι ενδεδειγμένη για κάθε προπόνηση. Κάτι τέτοιο προστατεύει το μυϊκό σύστημα και επιπλέον καθιστά εφικτή μια αποτελεσματικότερη διαμόρφωση της προπόνησης. Συνεπώς ανάμεσα στα 10 επιλέξιμα προγράμματα καθορίζονται διαφορετικές συχνότητες και χρονικά διαστήματα για την

εφαρμογή, τα οποία η συσκευή εκτελεί αυτόματα. Στη διάρκεια εφαρμογής της συσκευής διέγερσης κοιλιακών μυών **BOB της MEDISANA** μπορούν να ρυθμιστούν χειροκίνητα επιπλέον 25 επίπεδα (βλέπε «*3.3 Ρύθμιση της έντασης*»). Μπορείτε να ολοκληρώσετε τα 10 προγράμματα σε διάρκεια περισσότερων εβδομάδων. Την πρώτη εβδομάδα ξεκινάτε με το πρόγραμμα 1 στο χαμηλότερο επίπεδο έντασης και ανεβάζετε με αυξανόμενη επίδοση των κοιλιακών μυών σας αργά την ένταση της προπόνησης και μεταβαίνετε σε υψηλότερα προγράμματα. Φυσικά μπορείτε να επιλέξετε το πρόγραμμα και την ένταση και σύμφωνα με την προσωπική σας αίσθηση ή τη σωματική σας κατάσταση. Προσέχετε να μη χρησιμοποιείτε τη συσκευή αρχικά περισσότερο από μια φορά ημερησίως. Από τη 2η εβδομάδα μπορείτε να αυξήσετε και τη συχνότητα χρήσης, όπου μεταξύ των προπονήσεων θα πρέπει να υπάρχουν τουλάχιστον 5 ώρες παύσης. Αφού επιλέξετε ένα πρόγραμμα, πιέστε εκ νέου το πλήκτρο ενεργοποίησης / αύξησης έντασης ▲ ❸ , για να ξεκινήσετε την εφαρμογή.



Υπόδειξη

Η συσκευή ξεκινάει την εκπομπή παλμικού ρεύματος μόνο, εφόσον υπάρχει σωστή επαφή με το σώμα. Σε περίπτωση που δεν εντοπιστεί κάτι τέτοιο, εκπέμπεται ένας μακρύς ήχος και η συσκευή είναι και πάλι στην κατάσταση λειτουργίας για την επιλογή προγράμματος. Στην περίπτωση αυτή ελέγξτε, εάν η κοιλιακή ζώνη έχει τοποθετηθεί σωστά.

Ο εμφανιζόμενος χρόνος για τη διάρκεια του προγράμματος μετράει αντίστροφα (Countdown) έως το 0. Στη διάρκεια της εφαρμογής ενδεχομένως να αισθανθείτε μια ελαφριά μυρμηκίαση. Με αυξανόμενη ένταση αισθάνεστε μυϊκές συστολές των κοιλιακών μυών, οι οποίες μετά από μερικά δευτερόλεπτα χαλαρώνουν και πάλι απαλά. Με τη λήξη του χρόνου εκπέμπονται δύο ηχητικά σήματα (ένα μακρύ και ένα βραχύ σήμα) και η εκπομπή παλμικού ρεύματος σταματάει. Μπορείτε να σταματήσετε την εφαρμογή και χειροκίνητα, πιέζοντας το πλήκτρο απενεργοποίησης / μείωσης της έντασης ▼ / επιλογής προγράμματος ❹ και κρατώντας το πατημένο, έως ότου η συσκευή απενεργοποιηθεί εκπέμποντας δύο ηχητικά σήματα ή πιέζοντας το πλήκτρο επανειλημμένως μέχρι η ένταση να βρίσκεται στο χαμηλότερο επίπεδο (1). Μετά η εκ νέου πίεση του πλήκτρου προκαλεί την παύση της εκπομπής παλμικού ρεύματος.

3.3 Ρύθμιση της έντασης

Στη διάρκεια της εφαρμογής μπορείτε να ρυθμίσετε με τα πλήκτρα ▲❸ και ▼❹ την ένταση σε 25 επίπεδα. Η μείωση της έντασης μπορεί να διενεργηθεί σε κάθε στιγμή με το πλήκτρο ▼❹ . Εάν φτάσατε στο χαμηλότερο επίπεδο (1) και πιέσετε πάλι το πλήκτρο ▼❹ , η συσκευή απενεργοποιεί την εκπομπή παλμικού ρεύματος. Πιέζοντας το πλήκτρο ▲❸ αυξάνετε την ένταση κατά 1 επίπεδο (μέγ. έως 25). Για να αποφευχθεί η ακούσια αύξηση της έντασης, η συσκευή ενεργοποιεί μετά από περ. 5 δευτερόλεπτα αδράνειας το κλείδωμα του πληκτρολογίου. Τη στιγμή εκείνη ο φωτισμός της οθόνης σβήνει και το σύμβολο ⊶ ❻ εμφανίζεται στην οθόνη ένδειξης LCD ❶ . Για το ξεκλείδωμα του πληκτρολογίου απαιτείται η πίεση του πλήκτρου ▼❹ , η οποία συγχρόνως μειώνει την ένταση κατά 1 επίπεδο (ή απενεργοποιεί σε περίπτωση ήδη επιλεγμένου επιπέδου 1 την εκπομπή παλμικού ρεύματος). Η αύξηση επιπέδων έντασης είναι εφικτή μόνο, όταν δεν είναι κλειδωμένο το πληκτρολόγιο. Ρυθμίστε την ένταση πάντα σύμφωνα με τη δική σας αίσθηση ευχαρίστησης.



ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Εάν κατά την εφαρμογή αισθάνεστε δυσάρεστα, μειώστε την ένταση. Σε περίπτωση που η εφαρμογή συνεχίζει να είναι δυσάρεστη ή να δημιουργεί πόνο ή κνησμό στο δέρμα, τερματίστε αμέσως την εφαρμογή και συμβουλευτείτε τον γιατρό σας.

3.4 Αυτόματη απενεργοποίηση

Εάν στην κατάσταση λειτουργίας επιλογής προγράμματος δεν ενεργοποιηθεί κάποιο πλήκτρο για περ. 2 λεπτά, η συσκευή αυτόματα απενεργοποιείται. Στη διάρκεια εφαρμογής στο δέρμα η συσκευή ελέγχει διαρκώς, εάν υπάρχει επαρκής επαφή με το δέρμα. Σε διαφορετική περίπτωση η εκπομπή παλμικού ρεύματος τερματίζεται αυτόματα και η συσκευή αναμένει στην κατάσταση λειτουργίας επιλογής προγράμματος.

4 Διάφορα

4.1 Καθάρισμα και συντήρηση

- Απομακρύνετε τις μπαταρίες πριν καθαρίσετε τη συσκευή.
- Μη χρησιμοποιείτε ποτέ ισχυρά απορρυπαντικά ή σκληρές βούρτσες.
- Καθαρίβετε τη συσκευή με μαλακό πανί, το οποίο εμποτίζετε ελαφρώς με ήπιο σαπουνόνερο. Μη βυθίσετε ποτέ τη συσκευή σε νερό για καθάρισμα, και εν ανάγκη προσέχετε ώστε να μη διεισδύσει ποτέ νερό στη συσκευή. Χρησιμοποιήστε πάλι τη συσκευή μόνο εφόσον έχει στεγνώσει τελείως.
- Ελέγξτε πριν από κάθε εφαρμογή, εάν οι δύο προσθήκες ηλεκτροδίων στην πίσω πλευρά της ζώνης είναι καθαρές από ακαθαρσίες και σιγουρευτείτε ότι δε φέρουν ελαττώματα. Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή, όταν έχετε αμφιβολίες και ενημερώστε το κέντρο εξυπηρέτησης.
- *Έλεγχος τεχνολογίας και ασφάλειας (ισχύει για επαγγελματική χρήση):* Η συσκευή είναι ρυθμισμένη από τον κατασκευαστή για τη διάρκεια δύο χρόνων. Στην περίπτωση επαγγελματικής χρήσης ο έλεγχος τεχνολογίας και ασφάλειας πρέπει να διενεργείται το αργότερο κάθε δύο χρόνια.

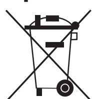


ΠΡΟΣΟΧΗ

Να μην εισχωρεί νερό στο εσωτερικό της συσκευής!

- Αποθηκεύετε τη συσκευή σε στεγνό και δροσερό μέρος.

4.2 Οδηγίες γία τη διάθεση



Η συσκευή αυτή δεν επιτρέπεται να αποσύρεται μαζί με τα οικιακά απορρίμματα. Κάθε καταναλωτής είναι υποχρεωμένος να παραδίνει όλες τις ηλεκτρικές ή ηλεκτρονικές συσκευές, ανεξάρτητα αν εμπεριέχουν βλαβερές ύλες, σε υπηρεσία συλλογής του δήμου του ή στο ειδικό εμ όριο, ώστε νε είναι εφικτή η οικολογική απόσυρση των συσκευών αυτών. Μην πετάτε μεταχειριομένες μπαταρίες στα οικιακά απορρίμματα, αλλα στα ειδικά απορρίμματα ή σε ένα σταθμ συλλογής μπαταριών του ειδικού εμπορίου. Αναφορικά με την αποκομιδή, απευθυνθείτε στις τοπικές αρχές ή στον αρμ έμπορο.

4.3 Οδηγίες και πρότυπα

Η συσκευή αυτή ανταποκρίνεται στις προδιαγραφές του ευρωπαϊκού προτύπου για συσκευές διέγερσης νεύρων και μυών. Φέρει πιστοποίηση σύμφωνα με τις οδηγίες της ΕΚ και σήμανση CE (σήμα πιστότητας) «CE 0297». Η συσκευή ηλεκτρικής διέγερσης μυών (EMS) ανταποκρίνεται στα ευρωπαϊκά πρότυπα EN 60601-1, EN 60601-1-2 και EN 60601-2-10. Οι προδιαγραφές της ευρωπαϊκής οδηγίας «93/42/ΕΟΚ του Συμβουλίου της 14ης Ιουνίου 1993 για ιατρικά προϊόντα» πληρούνται.

Ηλεκτρομαγνητική Συμβατότητα:
Η συσκευή ανταποκρίνεται στις απαιτήσεις του Ευρωπαϊκού Προτύπου EN 60601-1-2 για την Ηλεκτρομαγνητική Συμβατότητα. Λεπτομέρειες για τα στοιχεία μέτρησης μπορείτε να βρείτε στην ιστοσελίδα της **MEDISANA**: **www.medisana.com**.

4.4 Τεχνικά στοιχεία

Όνομα και μοντέλο:	**MEDISANA Συσκευή διέγερσης κοιλιακών μυών BOB**
Ηλεκτρική τροφοδοσία:	3 x μπαταρίες AAA, LR03 1,5V
Κανάλια:	1
Κυματομορφή:	Ορθογωνική δύο φάσεων
Εύρος παλμών:	150 - 200 μs
Συχνότητα:	3 Hz ~ 100 Hz
Τάση εξόδου:	0 - 45V (σε φορτίο 500 Ω), ρυθμιζόμενη
Χρόνος εφαρμογής:	20 έως 34 λεπτά το ανώτατο
Συνθήκες λειτουργίας:	5°C μέχρι 40°C, 30% μέχρι 75% υγρασία
Συνθήκες αποθήκευσης:	-10°C μέχρι 50°C, 20% μέχρι 93% υγρασία
Διαστάσεις περ.:	110 x 14,4 x 2,2 cm
Βάρος περ.:	230 g
Αριθμός είδους:	88320
Αριθμός EAN:	40 15588 88320 0

CE 0297

Στα πλαίσια συνεχών βελτιώσεων των προϊόντων διατηρούμε το δικαίωμα τεχνικών ή σχηματικών τροποποιήσεων.

Εγγύηση και όροι επισκευών

Σε περίπτωση εγγυητικής αξίωσης σας παρακαλούμε να απευθυνθείτε στο ειδικό κατάστημα που αγοράσατε τη συσκευή ή κατευθείαν στο κέντρο Σέρβις. Σε περίπτωση όμως που είναι απαραίτητη η αποστολή της συσκευής, σας αρακαλούμε να την στείλετε με αναφορά του ελαττώματος, επισυνάπτοντας και ένα αντίγραφο της απόδειξης αγοράς.

Για την εγγυητική αξίωση ισχύουν οι ακόλουθοι όροι εγγύησης:

1. Για τα προϊόντα **MEDISANA** παρέχεται εγγύηση τριών ετών από την ημερομηνία αγοράς. Σε περίπτωση εγγυητικής αξίωσης η ημερομηνία αγοράς θα πρέπει να αποδεικνύεται μέσω απόδειξης ή τιμολογίου αγοράς.

2. Ελαττώματα οφειλόμενα σε σφάλματα υλικού ή κατασκευής επιδιορθώνονται δωρεάν εντός του χρόνου εγγύησης.

3. Σε περίπτωση παροχής εγγύησης δεν παρατείνεται ο χρόνοςεγγύησης, ούτε για τη συσκευη ούτε για εξαρτήματα που αντικαταστάθηκαν.

4. Από την εγγύηση αποκλείονται:

α. όλες οι βλάβες, οι οποίες οφείλονται σε ακατάλληλο χειρισμό, η.χ. από παράλειψη τήρησης των οδηγιών χρήσης.

β. βλάβες, οι οποίες οφείλονται σε επισκευές ή επεμβάσεις του αγοραστή ή αναρμόδιων τρίτων.

γ. βλάβες μεταφοράς, οι οποίες προέκυψαν κατά τη μεταφορά απο τον κατασκευαστή προς τον καταναλωτή ή κατά την αποστολή στο Κέντρο Σέρβις.

δ. ανταλλακτικά , τα οποία υπόκεινται σε φυσιολογική φθορά.

5. Η ευθύνη για άμεσες ή έμμεσες επακόλουθες ζημιές, οι οποίες προκαλούται από τη συσκευή, αποκλείεται ακόμα και σε περίπτωση που η ζημιά στη συσκευή αναγνωριστεί ως εγγυητική αξίωση.

**MEDISANA AG**
Jagenbergstraße 19
41468 NEUSS
Γερμανία
eMail: info@medisana.de
Διαδίκτυο: www.medisana.de

Τη διεύθυνση σέρβις θα την βρείτε στο ξεχωριστό συνοδευτικό φύλλο.































 **MEDISANA AG**
Jagenbergstraße 19
41468 NEUSS
Deutschland
eMail: info@medisana.de
Internet: www.medisana.de

88320 07/2011